**無料体験日時  
2021年４月３，10日（土）  
午前11：00～12：00  
コミュニティプラザ（和室）**

無料体験  
受付中！

* **転んだ時にケガをしない受け身**
* **コツを覚えて守備力UP!**

**合気道から学ぶ  
護身のコツ**

運動が苦手でも

大丈夫！

合気道女性講座

**初心者のための合気道**

お問い合わせ・お申し込み　  
合気道　〇〇〇〇会　初心者のための合気道教室

☎　000-1111－2222（担当：〇〇〇〇）　  
ホームページ： aikiposter.org  
お気軽にお問い合わせください！

〇〇〇〇会公認道場　〇〇〇〇会　初心者のための合気道教室