



**INTERNATIONAL
TAEKWON-DO
FEDERATION
JAPAN**



1月の交流会のお知らせ

2024年12月18日
中部テコンドー連盟技術部

以下の日程で練習会を行います。

□型交流会

- 日時 : 2025年1月12日(日) 14時~17時(予定)
場所 : 岐阜市西部体育館
住所 : 岐阜市鏡島南 2-8-40
TEL : 058-251-2757
参加費 : 無料
参加資格 : 黄帯以上でタングンまで覚えている方
服装 : 暖房がありませんので道着の中・外に自由に着こんでいただいて構いません。
室内用シューズのご利用も問題ありません。
練習内容 : 基本の確認から型ごとの動作確認、試合形式での練習とその際にお互いに意見交換をする時間を設けます。
指導 : 岸師範、長屋師範、岡本師範

□組手交流会(初心者向け練習あり)

- 日時 : 2025年1月19日(日) 14時~17時(予定)
場所 : 岐阜市西部体育館
住所 : 岐阜市鏡島南 2-8-40
TEL : 058-251-2757
参加費 : 無料
参加資格 : 防具のあるスポーツ保険に加入済みの方。
服装 : 道着以外でも問題ありません。道着の場合も防寒着はご自由に着用ください。
室内用シューズのご利用も問題ありません。
練習内容 : 初心者とそれ以外の方でクラス分けして練習いたします。組手に苦手意識がある方や試合に出るまでの自信が無い方などが少しでも組手の意識が変わるきっかけになればと思います。それ以外の方へは今までの練習+フィジカルトレーニングも入れて練習します。
指導 : 岸師範、岡本師範

一般社団法人日本ITFテコンドー協会
中部テコンドー連盟

〒500-8362 岐阜県岐阜市西荘3-5-63
TEL : (+81) 91-9172-2541



International Taekwon-Do Federation JAPAN
Tyubu Federation

3-23-13 Funabashi Setagaya-ku Tokyo JAPAN
TEL : (+81) 91-9172-2541



**INTERNATIONAL
TAEKWON-DO
FEDERATION
JAPAN**



今後愛知・岐阜・三重にて毎月2回交流会を行う予定です。今回は愛知と三重で場所が確保できませんでしたので岐阜にて2回行うこと、ご了承ください。

一般社団法人日本ITFテコンドー協会
中部テコンドー連盟

〒500-8362 岐阜県岐阜市西荘3-5-63
TEL : (+81) 91-9172-2541



International Taekwon-Do Federation JAPAN
Tyubu Federation

3-23-13 Funabashi Setagaya-ku Tokyo JAPAN
TEL : (+81) 91-9172-2541