

合気道教室のご案内

合気道は「氣」で技をかけるので力を必要としません。
そのため年齢や性別に関係なく、安心して稽古ができます。



曜日：毎週火曜
時間：17:30～18:30（小学生）
18:30～19:30（中学生～一般）
会場：福山YMCA
対象：小学生～一般の男女（幼児の場合は要相談）
月謝：4,000円

※小学生と中学生以上の人数によっては時間的なクラス別けを検討させていただきます。

※道着についてはご相談ください。

※駐車場をご利用の場合、駐車料金が発生致します。

○稽古の特徴

◆まず自身の安定を得ます

合気道は、はじめに正しい姿勢を学びます。その上で、動作と呼吸の関係を理解し、理に適った無理のない身体の使い方を体得します。これらにより、身体の健康は保たれ、さらに身体の安定が心の安定へと繋がります。この「不動心不導体」の状態こそ、道徳に伴った生活を営む上での根幹であり、またその落ち着いた精神は、受験や人前に立つ時などにも大いに役立つでしょう。

◆相手の立場になります

自身が精神的安定を得ますと、物事を相手の立場で考える余裕が生まれます。自己中心的な心で合気道の技を行いますと、相手の心を無視して、相手を痛めつけて無理に投げようとしてしまうものです。そうすると必ず相手の心は反発し、合気道の技は利きません。日常生活でも、自己中心的な心の人を動かすことはできないものです。

◆護身術が身につきます

護身術とは、自分の身を守る技のことです。合気道は護身術として有名で、力を必要としないので女性にも実用的です。

○活動趣旨

合気道には攻撃する技がありません。ですから強くなったからといって他人を攻撃することはありません。また、合気道は攻撃に対してその力を氣の流れに受け流し、相手の矛を取めさせる武道（武道は「矛を止めるの道」と書きます）なのです。

このように合気道は、他者の氣を尊重し、気配りができる人格を育むことで、学校や職場や家庭で人間関係を円滑にするなど、生活のあらゆるシーンで活かされることを目的として指導しています。



講師：大成 寿哉（たいじょう ひさや）
神石高原町合気道教室（小畑2761-1株式会社サト-3F）主宰
著書：道を歩み真我を観る（発行：VOICE）

入会のお申込み・その他お問い合わせは

TAO-JAPAN

<http://www.tao-japan.net/>

電話(0847)82-2756/10:00～20:00（大成）