

大埔體育會 沖繩剛柔流空手道榮心館 合辦

空手道班 Karate Course

沖繩剛柔流空手道協會-榮心館

本會所傳授之傳統沖繩剛柔流空手道乃由流祖宮城長順先生所創立，並桃李滿門，從此剛柔流空手道在日本各地發揚光大，成為空手道主要流派之一，其傳人宮裡榮一先生則為沖繩剛柔流空手道協會之創立人。

師承第三代 平田清榮 師範，本會幾位創辦人誠邀各位一同體驗沖繩傳統國術之精髓、樂趣及武術精神、感受剛柔流空手道的根本。

| 編號 Code | 訓練名稱 Course | 日期 Date | 星期 Day | 時間 Time | 堂數 Lesson | 會員 Member | 非會員 Non Member | 資格 Age |
|------------|----------------|--------------|-----------|-------------|--------------|--------------|----------------------|--------------|
| KO1 | 幼兒班 / 基礎班 | 5,12,19,26/7 | 日 Sun | 11:00-12:30 | 4 | \$440 | \$460 | 3-5歲 / 5歲或以上 |
| KO2 | 競技搏擊班 | 5,12,19,26/7 | 日 Sun | 13:00-14:30 | 4 | \$440 | \$460 | 5歲以上 |
| KO3 | 競技KATA班 | 5,12,19,26/7 | 日 Sun | 15:30-17:30 | 4 | \$440 | \$460 | 5歲或以上 |
| KO4 | 基本鞏固班 | 5,12,19,26/7 | 日 Sun | 09:30-11:00 | 4 | \$440 | \$460 | 5歲或以上 |
| KO5 | 入門班 | 4,11,18,25/7 | 六 Sat | 15:30-17:00 | 4 | \$440 | \$460 | 5歲或以上 |
| KO6 | 入門班 | 7,14,21,28/7 | 二 Tue | 19:00-20:30 | 4 | \$440 | \$460 | 5歲或以上 |

訓練內容：採用現代科學訓練方式教授空手道技擊方式，如拳擊、腳擊、摔法，

培養優秀學員可代表本會參與全港空手道比賽。課堂採用

分組教學，學員會按程度分成不同組別，故兒童及成人可同時上課。

訓練地點：舞蹈室

名額： 25人

教練：程振邦 - 沖繩剛柔流空手道協會五段

陳家樂 - 沖繩剛柔流空手道協會三段

龍瑞棠 - 沖繩剛柔流空手道協會三段

何家樂 - 沖繩剛柔流空手道協會二段

報名方法：填妥報名表，連同有關收費到詢問處報名

服裝：空手道道袍(第一堂穿一般運動服)

備註：請參閱訓練班注意事項

