

少林寺拳法部



少林寺拳法は「護身術」

まず身を守る技法

少林寺拳法の技法は護身術です。
誰かを傷つけるためのものではなく、不正な暴力から自分や他人を守り、
活かすための護身術です。

まず守り、それから反撃する技法体系となっています。

護身の場面を想定した様々な技法

少林寺拳法の技法は、大きく分けて

- ・ 突き・蹴り・受けなどの【剛法】
- ・ 抜き・投げ・固めなどの【柔法】

から構成されています。

身体と心をバランスよく修行

身体と心は一体のもの。

少林寺拳法は身体(つよさ)と
心(やさしさ)の両面を、
バランスよく修養します。

【体験会】期間限定！ 経験者でも初心者でも歓迎！

■ 活動日：毎週月曜日、木曜日（週2日） 16:40～20:00

■ 活動場所：武道場Ⅰ（サークルとの兼部、週1回 OK）

川越キャンパス体育館

・体育館入口を入るとすぐ右手に「武道場」があります。

少林寺拳法部が練習をしている場所は「武道場Ⅰ」で板張りです。

体験会日程、見学OKお待ちしております。

・4/10(木)、4/14(月)、4/17(木)、4/24(木)、4/28(月)

・時間 16:40～19:00 体験時間30分～40分



飲み物とフェイスタオルだけ持参
動きやすい服装で来て下さい！
他には何も要りません。



少林寺拳法部 (X (旧Twitter))