



合気拳法では短刀捕りなどもあります。



昇段級審査会の様子



居合道での二人居合

アクセス

千葉県茂原市南吉田 3819

TEL 0475-34-8819

国道128号線交差点「法目」を白子方面に折れ、県道31号線を2キロほど進み、右手に「長生苑」が見えたら間もなく「建武館」の看板を見て右折。道なりにクランクに走り、100mほど行くと左側に建武館が見えます。詳しい行き方はHPをご覧ください。



至白子



入会案内 (R6.07版)

「合気拳法」「杖道」「居合道」

「真剣刀法」「護身術」

老若男女問わず誰でも入門できます。中高年の方々の健康維持、働き盛り世代のストレス解消、育ち盛りの子どもの健やかな成長や自己防衛と、目的は様々。興味のある方はまず見学に来てはいかがでしょうか。体験（無料）も随時受け付けています。

電話0475-34-8819

<https://www.kenbukan-budo.jp/>



杖道の稽古風景

建武館は<総合武道>の道場です。

「合気拳法」「杖道」「居合道」「真剣刀法」総合武道ではすべての基本は同じと考えます。自分の身を守らなければならない時、素手か杖(棒)か刀を持っているか。持ち物に応じて使いこなす技が変わるだけです。

入門してきた方にはご本人の興味に応じて稽古をしていただきますが、練習を通じて次第に技は「全てに共通」であることがお分かりいただけることと思います。



年齢によって稽古時間が変わります。

<青年部>

中学生以上が対象となります。下は12歳から上は80代まで幅広い年齢層と一緒に練習に励みます。小学生までのお子さんと親子で参加希望の方は少年部の時間帯にご参加ください。

各回ともあいさつ・全体稽古に続いて、合気拳法・杖道・居合道の中からそれぞれの興味に従って選択、稽古に入ります。

<少年部>

基本的に小学生以下が対象となります。成長過程にある子どもたちのために全身をくまなく使って体幹を鍛え、少しのことにもへこたれない強い心を養うことを目標にしています。道場訓にもある通り礼儀正しく気持ちのコントロールのできる人になれるように指導していきます。(普段から「落ち着きがない」「運動が苦手」「自信を持たせたい」など発達に関するご相談には臨床心理士が対応します。どうぞ気軽にお声をおかけください。)

各回ともあいさつ・全体稽古に続いて、基本的には合気拳法を中心に稽古に励みます。月に2回杖道の稽古もあります。

<稽古日>

日曜日 (開場は6時50分)

青年部 朝7時から準備体操、8時半まで稽古
(真剣刀法は午前10時より開始)

少年部 朝8時半から準備体操、9時45分まで稽古

木曜日 (開場は17時50分)

青年部 19時半から21時まで稽古
(真剣刀法は21時より終了まで)

少年部 18時から19時半まで稽古

※いずれも第5週目は休館となります。

<入会案内>

見学は自由です。随時入会できます。

入会金 青年部 5000円 少年部 3000円

月会費(青年部・少年部共通) 3000円

建武会費(道場運営費)・スポーツ保険料(青年部・少年部共通) 1カ月500円×12カ月分、年間で6000円を毎年1月に申し受けます。

新規入会の方は入門時に1年分を全納していただき、翌年1月に清算しております。

<道着>

お持ちの空手着・柔道着で結構です。帯は白帯をご用意ください。また、希望者には、白帯、マーク刺しゅう入りの道着を用意しています。金額は大きさにより異なります。

ご相談ください。

