

# 合気道

AIKIDO



合気道とは、「気の流れ」「呼吸力」を重視した武道です。相手を腕力で制するのではなく、入り身と転換の体捌きから生まれる円とらせんの動きの中で、合理的に相手の力を吸収してしまうのです。稽古では「取り」（技を行う者）と「受け」（技をかける者）になり、お互いの習熟度にあわせて型の反復を行います。この反復稽古の積み重ねによって、自然に心身のバランスも整い、日常生活においても何事にも積極的に取り組む自信が培われます。

技だけでなく 心身を鍛え  
稽古を通して  
成長し続ける人生を

## 住吉塾



電話：090-4761-1683（住吉）

メール：yndqq578@ybb.ne.jp

活動場所：吹田市内市民体育館

稽古時間：日曜 13:15～16:45（少年部・一般部）

月曜 19:00～20:45（武器）

金曜 18:30～20:45（少年部・一般部）

その他詳細は右記QRコード、または

<https://sumiyoshijyuku.sakura.ne.jp> まで

見学・体験随時受付中

住吉塾 合気道

