

# 柔道

でココロもカラダも  
つよくなる



1年間で  
黒帯になろう

青葉柔道会 種谷道場



日時：毎週土曜日18：30～20：00(小学生以下の練習は19時30分まで)

対象：小学生以上の男女(小学生未満は応相談)

指導：種谷 亮 講道館柔道六段

場所：横浜市立もえぎ野中学校武道場

毎週活動していますので事前の連絡は不要です いつでも見学体験に来て下さい  
子どもから大人の男女問わず

初心者から有段者までたくさんの  
人が集まる地域の柔道教室です

[www.aoba-judokai.jp](http://www.aoba-judokai.jp)