

# 阿南拳法道場

あなん けんぽうどうじょう

顧問 朝日奈昭正/理事長 河野美治/理事 藤本弘龍  
理事 高島重知/理事 鈴江省吾/事務局 森口敏生

練習場	阿南道場	新浜道場	ハル塾	大湊ニッケンクラブ
住所	阿南市日開野町西居内 440-2	徳島市西新浜町	阿南市羽ノ浦町明見269-1	阿南市大湊町210-56
TEL	0884-22-4320	090-1577-9508	090-3185-8932	090-4507-9588
連絡先	朝日奈昭正	藤本弘龍	河野美治	高島重知
練習日				
月		幼小学 18:00～19:15 中学一般 19:30～21:00	19:00～20:00 20:30～21:30	
火	19:00～21:00			
水	防具練習 19:00～21:00			19:00～21:00
木		幼小学 18:00～19:15 中学一般 19:30～21:00	19:00～20:00 20:30～21:30	
金	19:00～21:00		女性部 19:30～21:30	
土				

女性部:形と空乱

## 年間行事

- ①阿南大会 2回/年
- ②全国大会 協会本部の予定通り
- ③鏡開き(1月) 鏡餅で健康と安全を祝い皆でゼンザイを。
- ④寒稽古(1月) 北の脇海岸で朝日とともに。
- ⑤夏の合宿訓練



鏡開き(ゼンザイ)

年の初めに1年間の安全と健康を祝い練習と鏡餅をいただきます。



寒稽古

大寒の日に朝日の出る時刻に海の中に入って訓練します。



阿南大会

学級別大会と級別大会があります。日頃の鍛錬と礼儀作法を見て貰います。



練習風景

主に形と空乱撃及び実乱撃を中心に行います。