



笠間市 合気神社

合気道とは

試合のない和の現代武道です。
老若男女を問わず、稽古ができます。

稽古について

水戸合気会では、基本の杖術、剣術を分かりやすく分解し、体術は、体に負担を掛けずに、想定稽古を中心に、投げ技、固め技を繰り返し稽古しています。
左右のバランスを意識しているので、杖術、剣術、体術も左右行い、体幹の筋力アップにもつながります。

稽古の入会、見学について

稽古の体験、見学して見ませんか（^0^）
入会前の服装は、運動が出来る格好で構いません。気軽にお越しください。
水戸合気会で良い汗をかきましょう。
女性会員も充実しており、女性も稽古しやすい環境になっております。女性の皆さん、気軽にお越しください。優しい指導者が対応します。
稽古場所で随時、入会、見学を受け付けてます。