

講師名 Name of the instructor	池宮城 政明		段位 Rank	範士九段
系統 System	<input type="checkbox"/> 首里・泊手系 Shuri/Tomari-te kei <input checked="" type="checkbox"/> 那覇手系 Naha-te kei <input type="checkbox"/> 上地流系 Uechi-ryu kei <input type="checkbox"/> 古武術 Kobujutu			
流派名 Style	剛柔流			
会派名 School name	剛柔会沖縄明武館			
受講推奨 Recommended for	レベル Level	<input type="checkbox"/> 初心者 Beginner <input type="checkbox"/> 中級者 Intermediate <input checked="" type="checkbox"/> 上級者 Advanced <input type="checkbox"/> 全般 All		
	年齢 Age	一般(15歳以上)		
セミナーのテーマ Theme of the seminar	伝統ある正しい技法の習得			
セミナー時間 Duration of the seminar	120分			
セミナーのプログラム Program of the seminar	区分 Sections		割当時間 Allocated time	内容 Contents
	①	紹介 Introduction	10分	講師紹介、那覇手の説明
	②	技法・稽古法 Training methods	20分	準備運動
	③	型 Kata	40分	三戦、セーサン
	④	分解・組手等 Applications, kumite etc.	30分	応用分解
	⑤	成果発表 Demonstration	10分	団体型演武(三戦、セーサン)
	⑥	質問応答 Q&A	10分	