

広報

ふし

57.10.5

No.351



鍛える

⑨

健康増進・精神修養・護身練胆の3つを目標とする少林寺拳法。650数種の技があり、そのねらいは相手を倒すことではなく、自分を守ることにある。(少林寺拳法岳南支部)