

2. 武道

●居合道

団体名	活動内容	レベル	構成年齢	募集	活動状況（場所・時間等）
鎌倉慧剣会 https://kamakura-keikenkai.jp	無双直伝英信流居合道を通じて、身体的、精神的及び社会的健康の維持と増進を目標に練習に励んでおります。	初級 中級 上級	年齢不問	メンバー	土曜日（毎週） 主に見田記念体育館・鎌倉体育館 （活動時間帯はHPを参照）

●なぎなた

団体名	活動内容	レベル	構成年齢	募集	活動状況（場所・時間等）
みどりクラブ	大会や段級審査など、各々が目標を持ちながら仲間とともに定期的な練習を積むことで、武道の精神を学んでいます。	初級 中級	一般 高校生 中学生 小学生	メンバー	水曜日（毎週） 主に鎌倉体育館 15時～17時（隔週15時～19時）

●空手道

団体名	活動内容	レベル	構成年齢	募集	活動状況（場所・時間等）
I.K.O.N.極真会館 湘南支部 http://ikon-shonan-karate.com/	極真空手は老若男女問わず稽古できます。それぞれの体力に合わせて、無理のない稽古指導を行います。安心して極真空手を始めてください。	指定なし	年齢不問 （幼児を除く）	メンバー	土曜日・日曜日・木曜日（毎週） 鎌倉体育館・大船小学校 体育館 17時～19時 （日曜日）13時～14時
鎌倉空手倶楽部	老若男女が楽しめる武術空手道。健康増進や護身の技術習得などの目的で20年間、活動を続けています。	指定なし	一般（高齢者含む） 高校生 中学生 小学生	メンバー	水曜日・土曜日（毎週） 主に第二小学校 体育館 （水曜日）18時～21時 （土曜日）13時～17時

●太極拳

団体名	活動内容	レベル	構成年齢	募集	活動状況（場所・時間等）
ささりんどう太極拳同好会	太極拳のゆっくりした動きと、練功のインナーマッスルを鍛える動きを練習して、健全な生活ができることを目的としています。	初級 中級	一般	メンバー	木曜日（毎週） 鎌倉武道館 13時～15時

●太極拳

団体名	活動内容	レベル	構成年齢	募集	活動状況（場所・時間等）
鎌倉市ゆりかもめ拳好会	太極拳は難しいと思いませんか？大丈夫です。手足股関節等々、全身を使ってゆっくりと動きます。心も体もホワッと暖くなるのを感じてください。	初級	一般 高齢者向け 年齢不問	メンバー 指導者	水曜日（週一回） 鎌倉武道館・大船体育館 9時～11時
きらら鎌倉太極拳クラブ	健康的な身体作りと正しい太極拳を目指して、老若男女21名で和気あいあいと楽しく練習しています。	初級	一般 年齢不問	メンバー	火曜日（毎週） 鎌倉体育館・見田記念体育館 13時～15時
鎌倉無限太極拳	毎週木曜日は24式、楊式、32式剣を練習します。月曜日は月2回、陳式を練習します。一緒に学びませんか。	指定なし	一般	メンバー	木曜日（毎週）／月曜日（月2回） 鎌倉体育館・見田記念体育館 9時～11時／11時～13時
深沢太極拳同好会	無理をしないでゆっくり自然に動くことで、体幹、免疫力を鍛え健康維持を図ります。年齢に関係なくどなたでもできます。	初級 中級	一般	メンバー	火曜日（毎週） 深沢学習センター 19時～20時30分
太極拳だんかづら	老若男女、初心者から中級者が多いグループで、扇を使った太極拳も取り入れています。見学・体験、いつでも大丈夫です。	初級 中級	一般	メンバー	火曜日（毎週） 見田記念体育館・鎌倉体育館 9時10分～11時
鎌倉市若宮太極拳クラブ	心身のリフレッシュを目的として楽しく太極拳を学んでいます。年齢は不問です。気持ちのいい太極拳が味わえます。	初級 中級 上級	年齢不問	メンバー	水曜日（毎週） 見田記念体育館 9時～11時
鎌倉市武道館クラブ	鎌倉市の中では歴史ある太極拳のクラブです。老若男女、週一回集まって和気あいあいと身体を動かしています。	初級 中級	高齢者向け 一般	メンバー	金曜日（毎週） 鎌倉武道館 主に9時～11時