令和6年度　千葉県本部合同合宿稽古スケジュール

【9月21日（1日目）】

13:30　開講式

13:40　準備体操　　　指導部

13:55　稽古　　　　　　大坂師範

（15:00　特別審査会）

16:50　終了

【9月22日（2日目）】

9:00　準備体操　　　　指導部

9:15　段位別講習

　　　 ◆弐段まで　　　天野副技術局長

『腰の使い方の稽古』 〜技のキレを出すために〜

◆参段・四段　　大石技術局長

『軸足の鍛練』 ～スムーズな運足と重心移動のために～

　　　 ◆五段以上　　　古宇田技術委員長

　　　　　　『基本、形(軸足)の使い方』 『受け技と受けからの返し技の使い方』

11:30　閉講式・講評