

3月8日は稽古の日

技術講習会

日頃の稽古と趣を変えての
グループ別稽古

参加費
1,000円

A グループ

対象者：50歳以上

【午前の部 / 10:00~12:30】

担当：古宇田 巖

七段 / 花見川支部

【午後の部 / 13:45~16:15】

担当：小山 孝一

七段 / 北総支部

B グループ

対象者：50歳未満

【午前の部 / 10:00~12:30】

担当：天野 陽介

五段 / 花見川支部

【午後の部 / 13:45~16:15】

担当：大石 勝美

六段 / 勝輝塾

タイムスケジュールや稽古内容は次ページ参照

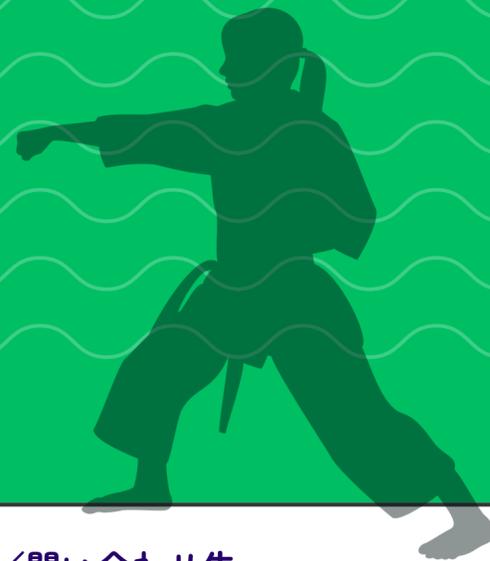
※ A・B各グループで年齢別に振り分けていますが、何れに参加しても問題ありません。
ただし、午前・午後とも同じグループの稽古に参加して下さい。

3月8日 日

9:30 - 16:30 (集合9:00)

船橋アリーナ (サブアリーナ)

船橋市習志野台7-5-1



担当 / 問い合わせ先
大石 (千葉県本部 副本部長 / 技術局長)
E-mail : jkakuga0808@yahoo.co.jp

《タイムスケジュール／稽古内容等》

開講式 9:30～

開会の辞

本部長 挨拶

タイムスケジュール説明

準備体操 9:45～

Aグループ

【午前の部 / 10:00～12:30】

◆ 基本

軸足、腰を意識した前後・
左右移動時の使い方

◆ 形

平安初段～五段、十手

【午後の部 / 13:45～16:15】

◆ 形

鉄騎二段・三段、十手、
岩鶴、半月

Bグループ

【午前の部 / 10:00～12:30】

◆ 形

平安初段～五段、
鉄騎初段

【午後の部 / 13:45～16:15】

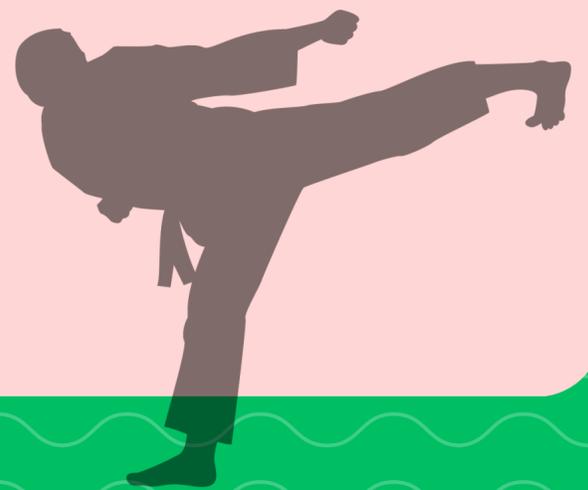
◆ 基本一本組手

基礎
応用

閉講式 16:20～

副技術局長 講評

閉会の辞



3月8日(日)

9:30 - 16:30 (集合9:00)

船橋アリーナ (サブアリーナ)

船橋市習志野台 7-5-1

担当／問い合わせ先

大石 (千葉県本部 副本部長／技術局長)

E-mail : jkaku0808@yahoo.co.jp