

千葉県本部強化稽古

平成29年4月16日（日）千葉工業大学 茜浜武道場

時間	内容
13:00	集合・整列
13:10	準備体操
13:20	稽古開始 形 平安初段～鉄騎初段 組手 打込み（単発技・連続技）
15:00	休憩
15:10	審判講習を兼ねた試合方式 形・組手
16:50	稽古終了
16:55	閉会式

【注意事項】

- ※ 指導員は当日の参加者の状況を考慮して割り振ります。
- ※ 選手は拳サポーター、マウスピース、胴当てを忘れずに持参して下さい。
- ※ 指導していただける先生方のご協力をお願いします。
また、念のため笛を持参して下さい。