

稽古記録

1. 日時

2014年5月24日(土)11:30-13:50

2. 場所

東久留米市スポーツセンター 第一武道場

3. 人数

3名

4. 内容

- ・切り返し(2回)
- ・大きい面(3本×2回)
- ・小さい面(3本×2回)
- ・小手(3本×2回)
- ・小手面(3本×2回)
- ・胴(3本×2回)

休憩

- ・面返し胴(3分×2回)
- ・小手返し面(3分×2回)
- ・小手抜き面(3分×2回)
- ・地稽古(3分×2回)
- ・一本勝負(1回)
- ・切り返し(1回)