

稽古記録

1. 日時

2015年6月13日(土)11:30-13:50

2. 場所

東京ドームスポーツセンター東久留米 第一武道場

3. 人数

7名

4. 内容

- ・切り返し(2回)
- ・大きい面(4本×2回)
- ・小さい面(4本×2回)
- ・小手(4本×2回)
- ・小手面(4本×2回)
- ・胴(4本×2回)
- ・打ち込み稽古(面、小手、胴、面)(5回)

休憩

- ・引き面(4本×2回)
- ・引き小手(4本×2回)
- ・引き胴(4本×2回)
- ・相面(4本×2回)
- ・相小手面(4本×2回)
- ・小手抜き面(4本×2回)
- ・面返し胴(4本×2回)
- ・出小手(4本×2回)

休憩

- ・地稽古(2分×6回)
- ・切り返し(1回)