

稽古記録

1. 日時

2015年7月18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、見学2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)(4回)
- 休憩
- ・地稽古(3分×6回)
- ・切り返し(1回)