

## 稽古記録

### 1. 日時

2011年8月27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

4名

### 4. 内容

- ・ 繰り返し (2回)
- ・ 大きい面 (3本×2回)
- ・ 小さい面 (3本×2回)
- ・ 面面 (3本×2回)
- ・ 小手抜き面 (3本×2回)
- ・ 小手 (3本×2回)
- ・ 小手面 (3本×2回)
- ・ 胴 (3本×2回)

休憩

- ・ 試合稽古 (3回)

休憩

- ・ 引き技/引き技を防ぎ、相手を追って打突 (3本×3回)
- ・ その場での連続打突 (1回)
- ・ 繰り返し (1回)