

稽古記録

1. 日時

2011年10月8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

6名

4. 内容

- ・東久留米市民大会のビデオ上映(反省会)
- ・繰り返し(2回)
- ・大きい面(3本×4回)
- ・小さい面(3本×4回)
- ・小手面(3本×4回)
- ・小手(3本×4回)
- ・胴(3本×4回)

休憩

- ・試合稽古(3人戦×2回)
- ・繰り返し(1回)