

稽古記録

1. 日時

2012年5月12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)
 - ・ 相面 (4本×2回)
 - ・ 小手 (3本×2回)
 - ・ 出小手 (3本×2回)
 - ・ 小手面 (3本×2回)
 - ・ 胴 (3本×2回)
 - ・ 引き面 (3本×2回)
 - ・ 引き小手 (3本×2回)
 - ・ 引き胴 (3本×2回)
 - ・ 引き技をかわして追って打突 (3本×2回)
- 休憩
- ・ 地稽古 (3回)
 - ・ 掛かり稽古 (2回)
 - ・ 繰り返し (1回)