

稽古記録

1. 日時

2015年8月1日(土)9:00-11:00(午前)、14:00-17:00(午後)

2. 場所

白馬 六拾刈体育館

3. 人数

現役生9名、OB/OG4名

4. 内容

<午前>

・足さばき

休憩

・繰り返し(面面胴胴、50本、100本など)

休憩

・繰り返し、地稽古、掛稽古のセット(6回)

<午後>

・追い込み(面、小手面、横の足さばきで面)

休憩

・男女に分かれて技の稽古

休憩

・地稽古