

8月北部剣道稽古会（電光石火みよしパークカルチャーセンター）

日時：令和6年8月24日（土） 受付9：00～（開館9：00）

場所：電光石火みよしパークカルチャーセンター

〒728-0016 三次市四拾貫町神田谷
(TEL 0824-66-3366)

稽古会：9：30～12：25（体育館退出時間13：00）

普及委員指導者：平川 龍馬 吉岡 主税 谷川 光弘 竹尾 開 参加普及委員

女性・幼少年普及委員指導者：辻坊 雅美 佐々木 順子 勝島 恵利 吉野 裕美

★開会行事 女性・幼少年（胴・垂を付けて整列）

一般・有段者（垂を付けて、木刀をもって整列）

開会挨拶（9：30～9：33） 広島県剣道連盟副会長 田原 義隆

日程説明（9：33～9：35） 谷川 光弘

★指導日程（女性・幼少年）（9：35～11：25） 会場の三分の一を使用

①準備運動（素振りも含む）（9：35～9：45）

②基本稽古（9：45～10：55）辻坊 雅美 佐々木 順子 勝島 恵利 吉野 裕美
（休憩・水分補給を含む）

③休憩（10：55～11：05）

④指導稽古（11：05～11：25） 参加普及委員
（1回2分×8回）

⑤終了後帰宅（残られる方は一般男性・有段者の指導稽古に参加）

★指導日程（一般男性・有段者）（9：35～12：25） 会場の三分の二を使用

①木刀による剣道基本技稽古法（9：35～9：50） 平川 龍馬

②日本剣道形（9：50～10：10） 平川 龍馬

③休憩及び準備（10：10～10：20）

④準備運動・素振り（10：20～10：35） 竹尾 開

⑤基本稽古（10：35～10：55） 吉岡 主税

⑥休憩（10：55～11：05）

⑦参加者による互角稽古（11：05～11：25）
（1回2分×8回）

⑧休憩（11：25～11：40）

⑨指導稽古・参加者による相互稽古（11：40～12：20）会場全面使用
（原則1回3分区切りで行う）

★閉会行事 講評・挨拶（12：20～12：25）

13：00全員退館予定