

令和7年10月7日

11月西部剣道稽古会
(GLOBAL RESORT総合スポーツセンターサンチェリー) 予定

普及指導委員長 本多 進一

日時：令和7年11月24日（月・祝） 駐車場（グラウンド）開錠 8：30

会場準備 8：30～9：00

開館・受付 8：50～

場所：GLOBAL RESORT総合スポーツセンターサンチェリー（メインアリーナ）

〒738-0033 廿日市市串戸6丁目1-1 (TEL 0829-31-5980)

稽古会：9：25～12：30（体育館退出時間13：00）

普及指導委員指導者： 森 治輔 山中 章義 吉岡 主税 竹尾 開 参加普及指導委員

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

★持参物：剣道用具一式・木刀（太刀・小太刀）

★開会行事 幼少年・女性（胴・垂れを付けて整列）

一般・有段者（垂を付けて、木刀をもって整列）

開会挨拶（9：25～9：27）

西地区剣道連盟副会長 井村 誠治

日程説明（9：27～9：28）

普及指導委員 森 治輔

★指導日程（女性・幼少年）（9：30～11：30） 会場の半分を使用

①基本稽古（9：30～11：00）

普及指導委員 辻坊 雅美 勝島 恵利

（準備運動・素振り・基本稽古・休憩・水分補給を含む）

吉野 裕美 佐々木 順子

②休憩・水分補給・面の着装（11：00～11：10）

③指導稽古（11：10～11：30）

参加普及指導委員

（回り稽古にて1回2分×8回）

終了後帰宅（残られる一般女性の方は一般・有段者の指導稽古・相互稽古に参加）

★指導日程（一般・有段者）（9：30～12：30） 会場の半分を使用

①日本剣道形（9：30～10：15）

普及指導委員 山中 章義 吉岡 主税

②休憩・胴の着装（10：15～10：25）

③準備運動・素振り・面の着装（10：25～10：40）

普及指導委員 竹尾 開

④基本稽古（10：40～11：00）

普及指導委員 竹尾 開

⑤休憩・水分補給・面の着装（11：00～11：10）

⑥参加者による互角稽古（11：10～11：30）

（回り稽古にて1回2分×8回）

⑦休憩・水分補給・面の着装（11：30～11：40）

⑧指導稽古・参加者による相互稽古（11：40～12：25） 会場全面使用

（基本1回3分区切りで行う）

★閉会行事 講評・閉会挨拶（12：25～12：30）

13：00全員退館予定