

2023年度 津浜道場 年間行事&稽古内容

2023年度

月	行事	備考欄
4月	昇級試験(30日)	
	県青少年武道練成会	中止
5月	昇段試験(3日)	
	神奈川県大会 国体予選(14日)	
	県マスターズ競技会	
	神奈川県春季少年少女大会 関東・全国予選『中学生』(21日)	
6月	横須賀市強化練習&審判講習会	
	県審判講習会ランクアップ	
	横須賀市春季空手道大会	中止
7月	糸洲会関東審判講習会	
	糸洲会全国大会(29日~30日) 会場大阪	
8月	関東地区連合会 大会(11日)	
9月	横須賀支部 合宿	
	横須賀市強化練習&審判講習会	
10月	横須賀市民大会(8日)	
	昇段試験 空手道会館	1級以上
11月	昇級試験(5日)	
	連合会 全国大会(18日~19日)	
	神奈川県秋季少年少女大会 小学生 関東・全国予選(26日)	JKF会員のみ
12月	神奈川県秋季少年少女大会 中学生 関東・全国予選(24日)	JKF会員のみ
	武道収め(24日)	
1月	糸洲会関東地区江の島寒稽古	未定
2月	横須賀市強化練習&審判講習会	市強化選手 成人
	糸洲会東日本少年少女錬成大会	未定
3月		

色付き太文字は、積極的に参加いただきたい行事(用紙でのご案内)
色なし行事は、希望者、該当者のみ(グループLINEと座礼時に案内&募集)

(中学生以上)内容	時間		(小学生以下)内容	時間
準備体操・アップ	10分	18 :00	準備体操・アップ	10分
礼(黙想・道場訓・座礼)	5分	:05	礼(黙想・道場訓・座礼)	5分
基本稽古・移動基本稽古	25分	:10	基本稽古・移動基本稽古	25分
		:15		
		:20		
		:25		
休憩	5分	:30	休憩	5分
型稽古	20分	:35	型稽古	20分
		:40		
		:45		
休憩	5分	:50	休憩	5分
組手稽古	20分	:55	組手稽古	20分
		19 :00		
		:05		
		:10		
休憩・準備	5分	:15	整理体操・礼	5分
自由稽古 型・組手	25分	:20	※小学生以下希望者は自由稽古参加	
		:25		
		:30		
		:35		
整理体操・礼	5分	:40		
		:45		
		:50		
		:55		
		20 :00		