

日 程 表

	9月14日（土）	
9：15～9：45	受 付	
10：00	開 式	
	準備体操	
10：20	休憩（水分補給）	
10：30	経験者	初心者・久しぶりに剣道する方
	①大学生以上元立ち	《サブ道場に移動》
	しかけ技	①基本動作
	応じ技	②しかけ技
	互格稽古（短く）	③互格稽古（短く）
	②年代別稽古	《本道場へ移動》
11：05	休憩（水分補給）	
11：20	合同稽古	
11：45	整理体操	
	閉 式	

※参加者の年代、人数により変更の場合もあります。