

浦和柔道センター 平成28年

7月、8月稽古予定表

■7月の予定表■			21	木	夏休み	10	水	〃
1	金		22	金	〃	11	木	〃
2	土		23	土	〃	12	金	〃
3	日		24	日	〃	13	土	〃
4	月	進級テスト	25	月	〃	14	日	〃
5	火	〃	26	火	〃	15	月	〃
6	水	〃	27	水	〃	16	火	夏期練習
7	木	〃	28	木	〃	17	水	〃
8	金	〃	29	金	〃	18	木	〃
9	土	〃	30	土	〃	19	金	〃
10	日		31	日	〃	20	土	〃
11	月		■8月の予定表■			21	日	
12	火		1	月	夏休み	22	月	進級テスト
13	水		2	火	〃	23	火	〃
14	木	暑中稽古	3	水	〃	24	水	〃
15	金	〃	4	木	〃	25	木	〃
16	土	〃	5	金	〃	26	金	〃
17	日	月例試合・スイカパーティー	6	土	〃	27	土	〃
18	月	海の日	7	日	〃	28	日	
19	火	夏期練習	8	月	〃	29	月	月例試合
20	水	〃	9	火	〃	30	火	〃
						31	水	〃

- ◇8.7 (日) 昇級審査 (浦和工業高校) 午前9時受付
- ◇8.7 (日) 関東高段者大会 (5段以上)
- ◇8.14 (日) 昇段審査 (県立武道館) 午前9時受付

夏休み・お盆休み 7月21日から8月15日までとりました。有効に活用してください。



- 1.水の事故に注意
- 2.暑さに負けない体力を
- 3.早寝早起き

◎暑中稽古 (小学生のみ)

7月14日 (木) から7月16 (土) まで毎日あります。(稽古時間は通常通り5:30~6:30)

※一般部は通常通り火木土の19時からとなります。

◎スイカパーティー

7月17日 (日) 月例試合、スイカパーティー
月例試合9時~11時、その後11時~12時にセンター恒例のスイカパーティーを開催します。
後日参加申込書をお渡しします。

◎夏期練習 (小学生のみ)

夏休みでしばらく稽古がお休みのため、毎日参加できる夏期練習を実施します。
希望する小学生は毎日稽古に来ていただいて大丈夫です。

夏期練習① 7月19日(火)~7月20日(水)

夏期練習② 8月16日(火)~8月20日(土)

稽古時間は通常通り5:30~6:30

※一般部は8/16から稽古初め



夏休みを計画的に過ごそう!!