

浦和柔道センター 平成29年

7月、8月稽古予定表

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

◇ 8.6 (日) 昇級審査 (浦和工業高校) 午前9時受付
 ◇ 8.20(日) 昇段審査 (県立武道館) 午前9時受付

◎暑中稽古 (小学生のみ)

7月13日 (木) から7月15 (土) まで毎日あります。小学生は原則全員参加です (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16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時に恒例のスイカパーティーを開催します。

◎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18日(火)~7月22日(土)

夏期練習② 8月16日(水)~8月19日(土)

(稽古時間は通常通り5:30~6:30)

※一般部は8/17から稽古初めとなります。

夏休み・お盆休みを7月23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



夏休みを
計画的に過
ごそう!!