

浦和柔道センター 平成30年

7月、8月稽古予定表

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

◇ 8.12 (日) 昇級審査 (浦和工業高校) 午前9時受付
 ◇ 8.19 (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19日 (木) から7月21 (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17:30~18:30)

※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22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12日(木)~7月18日(水)

夏期練習② 8月16日(木)~8月18日(土)

(稽古時間は通常通り)

※一般部は8/16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!!