

7月 予定表 「寝技」～一本取れる得意な寝技～

日	月	火	水	木	金	土
<p>火曜日のトレーニングは道場にて行います。 柔道衣等の費用はお釣りのなようお願いします。 テーピング・絆創膏等は各自持参下さい。(テーピングは道場でも販売しております。) 夏合宿の為、27日・28日の稽古はお休みとなりますのでお間違いのないよう、ご確認下さい。 試合により稽古日、大会振替休日の変更がありますのでお間違いのないようご確認下さい。 柔道衣の注文受付は14日～21日になっております。 ご不明な点がございましたら江口までご連絡下さい。</p>				1	2	3
				休み	幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	一般(10:00～11:30) 小1～6(11:30～13:00) 強化練習(13:30～14:00)
4	5	6	7	8	9	10
マルちゃん杯 IN東京武道館	幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	大会振替休日	ジャージ注文受付 幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	休み	幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	一般(10:00～11:30) 小1～6(11:30～13:00) 強化練習(13:30～14:00)
11	12	13	14	15	16	17
日整神奈川選抜 チーム選考会 IN神奈川県立武道館	幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	大会振替休日	ジャージ発注 柔道衣注文受付 幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	休み	幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	一般(10:00～11:30) 小1～6(11:30～13:00) 強化練習(13:30～14:00)
18	19	20	21	22	23	24
休み	海の日	小学生全員 道場内トレーニング 16:00～17:00 強化練習 17:30～18:30	柔道衣発注 幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	休み	幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	一般(10:00～11:30) 小1～6(11:30～13:00) 強化練習(13:30～14:00)
25	26	27	28	29	30	31
休み	幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	休み	休み 6年生・4.5年生強化メンバー 下田夏合宿	休み	幼 児(15:30～16:30) 小1・2(15:30～17:00) 小3～6(17:00～19:00) 一般(19:00～20:30)	一般(10:00～11:30) 小1～6(11:30～13:00) 強化練習(13:30～14:00)