



やつるぎ

2019年7月22日
大町剣道倶楽部

8月号

1.稽古予定

【8月】			当番	木刀 元澤	【9月】(変更の可能性あります)			当番	木刀 元澤
3	土	9:15~11:20 ※自由稽古	—		1	日	稽古なし ※スポーツ大会のため	—	
4	日	9:15~11:20 ※自由稽古	—	木刀	7	土	11:30~13:20 通常稽古	池田	
10	土	9:15~11:20 ※自由稽古	—		8	日	9:15~11:20 通常稽古	石川	木刀
11	日	9:15~11:20 ※自由稽古	—		14	土	稽古なし	—	
12	月祝	9:15~11:20 ※自由稽古	—		15	日	9:15~11:20 通常稽古	青山	
14	水	9:15~11:20 ※暑中稽古	—		16	月	稽古なし	—	
15	木	9:15~11:20 ※暑中稽古	—		21	土	稽古なし	—	
16	金	9:15~11:20 ※暑中稽古	—		22	日	9:15~11:20 通常稽古	小西	
17	土	9:15~11:20 ※自由稽古	—		23	月祝	9:15~11:20 臨時稽古	藤原	
18	日	9:15~11:20 ※自由稽古 1~5級審査(西調布体育館)	—		28	土	稽古なし	—	
24	土	9:15~11:20 ※自由稽古	—		29	日	9:15~11:20 通常稽古 11:30~役員会議	長谷川	
25	日	9:15~11:20 ※自由稽古 11:30~役員会議	—						
31	土	11:30~13:20 後期稽古始め	上田						

※8月中の自由稽古/暑中稽古は参加者で準備等を行ってください

*元澤武道具さんのいらっしゃる予定未定の為、追ってLINE掲示板でご連絡いたします

*当番の予定で不都合があれば、どなたかと調整・交換し世話役にご連絡ください

*初心者クラスの稽古は日曜のみになります

2.連絡事項

◆ 西東京剣道選手権大会

7/7(日)に武蔵村山市総合体育館で行われました第23回西東京選手権大会にて、太田圭さんが3位になりました！おめでとうございます！！

◆ 6/23、6/30、7/14調布剣連少年部合同強化稽古

西調布体育館にて合同強化稽古が行われました。小学生、中学生が参加し基本稽古、試合稽古、木刀稽古などを行いました。他の団体剣士と竹刀を交え、さらに成長することができました。

◆ 8/18調布市剣道連盟1~5級審査会(西調布体育館)

8/18(日)に西調布体育館にて1~5級の級審査が行われます。受審者は積極的に稽古に参加してください。午前9時開始予定 場所:西調布体育館 * 集合場所:8時30分現地集合(集合時間より早く行かないでください)

◆ 自由稽古および暑中稽古について

8月中の自由稽古および暑中稽古は、稽古時間が全て9:15~11:20となっておりますのでご注意ください。

8/14(水)、15(木)、16(金)に暑中稽古を実施致します。

8/18級審査受審者の最終稽古を中心に暑中特訓稽古を実施しますので、奮ってご参加ください！

◎ 夏の稽古について(注意事項)

今年の梅雨は長く続き、湿度が高く蒸し暑い日、逆に肌寒い日など体調管理も大変な年となっております。これからの時期、気がつかないうちに脱水症状などになりやすく熱中症にも気を付けなくてはなりません。夏の稽古中は特に、水分補給や休憩を多めに取りるようにしてください。ご家庭でも前日からの体調をよくみていただき、体調がすぐれない時は決して無理に稽古を行わないようにしてください。

★ 新入会員紹介★

・久保 良友(くぼ よしとも) 一般会員 『久しぶりの剣道道場で楽しみです。よろしくお願ひします。』

・久保 俊太郎(くぼ しゅんたろう) 小学3年生 『将棋、絵画が得意です。』

・濱崎 昌浩(はまさき まさひろ) 一般会員 『調布市に住むの初めてです。』

<坂野会長からの熱いメッセージ！>

猛暑の中でのアーリーナでの稽古は素振りだけでも汗だくになりますので、いつもの稽古とは異なる稽古を実施予定です。休憩時間も多めに取り入れますが、気持ち良い汗で夏を乗り切りましょう！

Let's beat the heat!