

Matsumae Judo — Juku 2018

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	30	31	1	2	3	4
	夏期学校 (長野県・諏訪) 7/30~8/1			通常練習	通常練習	クリーン運動 7:00~7:30 技の研究日 (小学4年生以上) 7:30~9:30
5	6	7	8	9	10	11
	クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング	通常練習		第43回関東 中学校柔道大会 (東京武道館) ※お休み	通常練習 ☆キッズ柔道	納涼稽古 納涼会 ※別途案内発送
12	13	14	15	16	17	18
松前柔道塾夏期休暇 8/12(日)~8/19(日)						全国中学校柔道大会 広島県 8/17~8/19
19	20	21	22	23	24	25
全国中学校 柔道大会 (広島県)	クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング	暑中稽古 幼年~5年生 7:00~8:30 小6~一般 8:00~10:00 pm: 合同練習	暑中稽古 幼年~5年生 7:00~8:30 小6~一般 8:00~10:00 pm: お休み	暑中稽古 幼年~5年生 7:00~8:30 小6~一般 8:00~10:00 pm: 合同練習	暑中稽古 幼年~5年生 7:00~8:30 小6~一般 8:00~10:00 pm: お休み	全日本実業柔道 個人選手権大会
26	27	28	29	30	31	
全日本実業柔道 個人選手権大会	クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング	通常練習		通常練習	お休み	

8月

練習時間帯

- クラスⅠ
 - 通常練習 16:15~17:15
 - 月曜トレーニング 16:15~17:15
 - 合同練習日 16:30~18:00
- クラスⅡ
 - 通常練習 17:20~18:50
 - 月曜トレーニング 17:30~18:45
 - 合同練習日 17:00~18:30
- クラスⅢ
 - 通常練習 19:00~20:30
 - 月曜トレーニング (武道論) 19:00~20:00
 - 合同練習日 19:00~20:30

2018年度納涼稽古&納涼会

日 時: 2018年8月11日(土/祝)
 10:00 納涼稽古
 12:30 納涼会
 場 所: 納涼稽古 2階柔道場
 納涼会 1階ホール
 ※詳細は郵送でご案内の通りです

暑中稽古

日 時: 21日(火)・22日(水)・23日(木)・24日(金)
 幼年~小学5年生 7:00~8:30
 小学6年生~一般 8:00~10:00
 21日(火)・23日(木)の午後は、
 合同練習の時間帯で行います。
 ※22日(水)・24日(金)の午後の練習は
 お休みです。

Schedule JUN~JULY

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
						1 お休み ※休館日
2	3 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング	4 通常練習	5	6 通常練習	7 通常練習	8 望星講座 中学生 強化練習日 16:30~
9 武育杯 (武蔵野第二中学校)	10 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ 武道論	11 通常練習 ☆キッズ柔道	12	13 通常練習	14 合同練習日	15 クリーン運動 7:00~7:30 技の研究日 (小学4年生以上) 7:30~9:30
16	17	18 通常練習	19	20 通常練習	21 通常練習	22 強化練習日 青帯~紫帯 8:00~9:30 茶帯・中学生以上 9:30~11:30
23 中学校新人戦 多摩地区予選 (日野市市民の森 ふれあいホール)	24	25 通常練習 寝技強化	26	27 通常練習 寝技強化	28 通常練習 寝技強化	29 強化練習日 青帯~紫帯 8:00~9:30 茶帯・中学生以上 9:30~11:30
30 東京都市町村大会 (府中利務所健徳殿)	<p>「努力に勝る天才なし」 一歩一歩前進しよう！</p> <h1>9月</h1>					

修心に力を入れよう！

- ①更衣場所の整理と現状復帰
 - ②靴の整理整頓を心掛けよう
 - ③あいさつ・礼・返事をきちんとしよう
 - ④時間を守ろう
 - ⑤提出物の期限を守ろう
- ※学校や社会生活でも積極的に実践して下さい

今月の目標を書こう！

夏期連絡事項

- 【教室活動中の飲料について】
- ①熱中症予防のため、ペットボトルや水筒など各自で飲料をご用意下さい。
 - ②教室活動中に体調が悪くなった時は、先生に申し出て下さい。
 - ③持ち物には氏名の記入。ゴミの分別にご協力をお願い致します。

- 【節電について】
- 望星学塾では、冷房の温度設定、扇風機の併用、使用していない部屋の消灯等節電を実施しています。