

Matsumae Judo — Juku 2019

| Sunday | Monday | Tuesday | Wednesday | Thursday | Friday | Saturday |
|--|--|--|-----------|--|--|--|
| | | | | | 1 クラスⅠ・Ⅱ 合同練習日 16:30～18:00 節分豆まき クラスⅢ 通常練習 | 2 強化練習日 青帯～紫帯 8:00～9:30 茶帯・中学生以上 9:30～11:30 |
| 3 沖永社一杯 東京都少年少女 学年別柔道選手権大会 (東京武道館) | 4 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング | 5 通常練習 | 6 | 7 通常練習 | 8 通常練習 | 9 望星講座 中学生 強化練習日 16:30～18:30 |
| 10 | 11 | 12 通常練習 | 13 | 14 通常練習 ☆キッズ柔道 | 15 通常練習 | 16 クリーン運動 7:00～7:30 技の研究日 7:30～9:30 |
| 17 立教杯 中学生柔道大会 (立教新座高校) | 18 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング | 19 クラスⅠ・Ⅱ 昇級審査 クラスⅢ 通常練習 | 20 | 21 クラスⅠ・Ⅱ 昇級審査 クラスⅢ 通常練習 | 22 クラスⅠ・Ⅱ 昇級審査 クラスⅢ 通常練習 | 23 |
| 24 チャレンジ教室 (アイスホッケー) | 25 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング | 26 通常練習 | 27 | 28 クラスⅠ・Ⅱ 月次試合 クラスⅢ 通常練習 | | |

明るく 元気に 挨拶をしよう!

2月

節分 豆まき

2月1日(金)にクラスⅠ・Ⅱの時間帯
(16:30～18:00)で合同練習と豆まき
を行います!
みんなで福を呼び込もう!



昇級審査

稽古の成果を発揮して昇級を目指そう!
2月19日(火)、21日(木)、22日(金)
通常練習の時間帯で行います。
普段の練習態度なども総合的に評価します。

チャレンジ教室

アイスホッケー実践編

氷の上でシュートを打てるかな?

オリンピックに学ぶアイススケート教室

日 時:2月24日(日) 9:00～11:45

会 場:ダイードリンコアイスアリーナ

対 象:松前柔道塾塾生(小学1年生～中学生)
※但し、3年生以下は保護者同伴
家族・出身者(他塾関係者)

申 込:1月31日(木)締切

Schedule February~March

| Sunday | Monday | Tuesday | Wednesday | Thursday | Friday | Saturday |
|--------|--|-----------------------------------|-----------|--------------------------------------|---|---|
| | | | | | 1 ひな祭り 柔道講義 クラスⅠ・Ⅱ 16:30~ クラスⅢ 18:30~ | 2 |
| 3 | 4 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング | 5 通常練習 | 6 | 7 通常練習 ☆キッズ柔道 | 8 通常練習 | 9 望星講座 中学生 強化練習日 16:30~18:30 |
| 10 | 11 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング | 12 通常練習 | 13 | 14 通常練習 | 15 終業式 | 16 クリーン運動 7:00~7:30 技の研究日 7:30~9:30 |
| 17 | 18 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ トレーニング | 19 通常練習 | 20 | 21 東京都 少年柔道大会 (東京武道館) | 22 通常練習 | 23 |
| 24/30 | 25 クラスⅠ・Ⅱ トレーニング クラスⅢ 打込・息上げ | 26 第1回松前杯 中学生柔道大会 (湘南校舎) | 27 | 28 松前柔道塾春休み 3月26日(火)~4月3日(水)まで | 29 | 30 |

物事は最後まで
しっかりやり通そう!

3月

ひな祭り柔道講義

本塾では3月3日を女子柔道の日として、女子柔道選手による柔道教室を開催しています。多くの参加をお待ちしております。

日時:3月1日(金)
クラスⅠ・Ⅱ 16:30~
クラスⅢ 18:30~

終業式・送別会

日時:3月15日(金)
受付 17:00
終業式 17:30~18:00 (1Fホール)
送別会 18:10~19:30 (2F柔道場)

※詳細は後日、案内を郵送します。

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 19:00~20:00
(武道論)
合同練習日 19:00~20:30