

令和8年度 佐倉剣道連盟 女性の稽古会について

◇6月までの体育館利用は確定していますが、佐倉市民体育館剣道場の補修工事もあり、7月以降は確定ではありません。
変更の場合はあらためてHPにてお知らせします。
不明な点は問合せ先までお尋ね下さい。

◇佐倉剣道連盟女性会員の皆様方の参加をお願い致します。
また佐倉婦人剣道教室は会員を募集しています。

問合せ責任者 印南剣道スポーツ少年団 高橋悦子 e2ko1107@icloud.com 080-5489-7924

◇佐倉連女子稽古会の位置づけを佐倉婦人剣道教室との合同稽古講習会として年3回計画する。AM9:40~12:40 於 佐倉市民体育館剣道場
※参加費は無料です。木刀をご持参下さい。

◇佐倉婦人剣道教室は毎週木曜日に実施し各月1回を講習日に設定する。
AM9:00~10:45 於 佐倉市民体育館剣道場
※会員以外の方は参加費200円をお納め下さい。

◇主に段位審査会を目標に年間計画を作成する。

◎段審査○初~三段8月16日. 3月20日 ○四五段8月16日. 12月12日. 3月20日
○六七段5月9. 10日. 8月29. 30日. 11月12. 13日. 2月13. 14日

◎稽古日① 5月7日 ② 6月11日合同稽古 ③ 7月16日 ④8月6日 ⑤9月10日
⑥10月15日合同稽古 ⑦11月5日 ⑧12月17日 ⑨1月14日 ⑩2月18日合同稽古

◇佐倉剣道連盟女子稽古会 合同稽古講習会の年間計画 (3回)

活動目的	剣道の稽古を通して、メンバー相互の親睦を深め、合わせて心身の健康を得ることを目的とする。	
活動目標	①体力が落ちても続けられる理合に基づいた剣道を身につけること。 ②段位審査会において昇段すること。 ③佐倉剣道連盟錬成大会一般女子の部で好成績を上げること。	
日時	活動内容の概要	実施上留意点の概要
① 6/11	<ul style="list-style-type: none"> ・日本剣道形の練習 ・活動内容の説明 ・面打ちの練習・出ばな面の練習 ・小手打ち・出ばな小手の練習 ・相小手面の練習 ・胴打ち・抜き、返し胴の練習 ・周り稽古 	理合を伴って練習する。 活動目的・活動目標・年間計画・練習内容を説明する。 出ばな面、出ばな小手、相小手面、返し抜き胴の約束稽古を有効打突にする。 1分30秒を相手をかえて行う。
② 10/15	◇11月12月開催の段位審査会に向けて <ul style="list-style-type: none"> ・日本剣道形の練習 ・面打ちの練習・出ばな面の練習 ・小手打ち・出ばな小手の練習 ・相小手面の練習 ・胴打ち・抜き、返し胴の練習 ・周り稽古 	男性との立ち会いをも想定して稽古する。 理合を伴って練習する。 出ばな面、出ばな小手、相小手面、返し抜き胴の約束稽古を有効打突にする。 1分30秒を相手をかえて行う。
③ 2/18	◇2月3月開催の段位審査会に向けて <ul style="list-style-type: none"> ・日本剣道形の練習 ・面打ちの練習・出ばな面の練習 ・小手打ち・出ばな小手の練習 ・相小手面の練習 ・胴打ち・抜き、返し胴の練習 ・周り稽古 	男性との立ち会いをも想定して稽古する。 理合を伴って練習する。 出ばな面、出ばな小手、相小手面、返し抜き胴の約束稽古を有効打突にする。 1分30秒を相手をかえて行う。