

令和元年度 浜松開誠館空手道教室 年間計画(予定)

回数	月 日	曜日	題 目
1	5月27日	月	空手の基本動作① 【構え】
2	6月3日	月	空手の基本動作② 【突き】
3	6月24日	月	空手の基本動作③ 【蹴り】
4	7月8日	月	空手の基本動作④ 【受け】
5	9月2日	月	組手の動きを覚えよう！ 【ステップ】
6	9月9日	月	組手の動きを覚えよう！ 【ステップ～突き】
7	10月7日	月	組手の動きを覚えよう！ 【ステップ～蹴り】
8	10月21日	月	組手の動きを覚えよう！ 【ステップ～カウンター①】
9	11月11日	月	組手の動きを覚えよう！ 【ステップ～カウンター②】
10	11月18日	月	組手の動きを覚えよう！ 【ステップ～カウンター③】
11	12月2日	月	試合をやってみよう！①
12	12月9日	月	試合をやってみよう！②
13	1月20日	月	必勝テクニック！①
14	1月27日	月	必勝テクニック！②
15	2月10日	月	1年間のまとめ

※注意事項※

- ・スポーツ安全保険に学校で一括して入りますので保険代金800円が必要になります。
- ・習熟度をみて、予定を変更することもあります。