

平成30年 8月行事日程表

申武館

[申武館 HP: <http://www.kenno-michi.jp>]

		道場	各種行事	お知らせ
2	木	稽古日		<p>今年の夏は、かつてない程の猛暑となっています。全国的には学校の校外活動や部活動などで生徒が熱中症になり、ひどいケースでは命を落としてしまう事例も報告されています。道場においては、都度給水の時間を設けたり、休憩時間を挟んだり熱中症予防を心がけていますが、皆さん自身でも体調に不安を感じるような場合は無理をすることなくすぐに稽古をやめて、休息を取るようにしてください。そもそも無理をした稽古は集中力を欠き、ただ苦しい時間が続くだけで力はほとんどつきません。短時間でも気持ちの集中した稽古だけが自分の力を高めてくれるのだと思います。</p> <p>夏休み期間中は剣士の皆さんも生活が不規則になりがちです。夜更かしによる寝不足や、食事の偏りなども熱中症や怪我の原因となりますので、皆さんも体調管理に十分注意し、この夏を健康で無事故で過ごすようにしてください。この夏の暑さを賢く乗り越えた人は、きっと剣道も一步成長していることでしょう。</p> <p><ご案内></p> <p>8月19日(日)先生・剣士合同による夏の稽古会を開催します。稽古終了後には、見事全国大会出場を勝ち取りました石田穰先生・松本淳剣士の壮行会、及び懇親会(13時30分より)を行います。当日は午前9時より稽古、終了後壮行会・懇親会を行います。是非ご参会ください。</p> <p><連絡事項></p> <p>8月5日(日) 審査会(初段～三段および四段から五段)が宇都宮市内に2か所に分かれて行なわれます。 初段～三段(河内体育館)、四・五段(栃木県武道館)</p> <p>8月7日(火) 第29回 JR 東日本ジュニア剣道大会が日本武道館にて行なわれます。当日の稽古はお休みします。</p> <p>8月17日(金)、18日(土) 第68回日光剣道大会が日光東照宮武徳殿にて行なわれます。</p> <p>8月19日(日) 申武館にて9時より夏の稽古会、13時半より「すたみな太郎」にて懇親会を開催します。</p> <p>8月25日(土)、26日(日) 夏休み期間として、稽古をお休みします。(体を休め、ご家族との有意義な時間をお過ごしください。また剣士の皆さんは宿題のやり残しも無いようにしましょう。)</p>
4	土	稽古日		
5	日	特別強化練習	中央審査会	
7	火	お休み	JR 東日本ジュニア 剣道大会	
9	木	稽古日		
11	土	稽古日		
12	日	特別強化練習		
14	火	お休み(盆休み)		
16	木	稽古日		
17	金		日光剣道大会 (1日目)	
18	土	稽古日	日光剣道大会 (2日目)	
19	日	夏の稽古会及び 壮行会・懇親会		
21	火	稽古日		
23	木	稽古日		
25	土	お休み(夏休み)		
26	日	お休み(夏休み)		
28	火	稽古日		
30	木	稽古日		

8月7日(火)、14日(火)、25日(土)、26日(日)の稽古はお休みとします