

# 東京都選手権大会& シルバー大会 特訓

2023年3月21日(火祝)「東京都武術太極拳選手権大会(個人種目)」・  
4月2日(日)「シルバー大会」の選手特訓です。奮って参加しましょう。

## ◆基本練習(都大会・シルバー大会とも)： 2, 3回参加すること

- ① 2月06日(月) 15:30~18:00 総合体育館剣道場
- ② 2月13日(月) 15:30~18:00 総合体育館剣道場
- ③ 2月16日(木) 15:30~18:00 総合体育館剣道場
- ④ 2月19日(日) 12:30~15:00 総合体育館剣道場
- ⑤ 2月27日(月) 09:30~12:00 総合体育館剣道場

## ◆仕上げ練習： できるだけ参加しましょう

- ① 3月03日(金) 15:30~18:00 総合体育館剣道場
- ② 3月06日(月) 09:30~12:00 総合体育館剣道場
- 3月11日(土) 12:30~15:00 自主練(剣道場)
- ③ 3月16日(木) 15:30~18:00 総合体育館剣道場

《都大会個人3月21日(火祝)；ここまでで仕上げ！》

## ◆シルバー大会仕上げ：

- ① 3月23日(木) 15:30~18:00 総合体育館剣道場
- ② 3月27日(月) 09:30~12:00 総合体育館剣道場
- ③ 3月31日(金) 15:30~18:00 総合体育館剣道場

《シルバー大会4月2日(日)；引き続き頑張ろう！》

・ 指導料： ¥2,000.- / 1回

-事前申込み不要 参加費は参加の当日にお支払いください-