

日程(予定)

09：00～	受付開始
09：30～	開講式
10：00～11：00	基 本「立ち方と運足、突き、蹴り、受け」
11：00～12：00	基本形
12：00～13：00	休 憩 ※1階会議室をご利用いただけます
13：00～16：00	第1指定形・第2指定形
16：00～	閉講式・講評
16：15	解 散