2025年8月31日

茨城県少林寺拳法連盟　技術修練会(立会評価法)　日程(案)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間(予定) | 内容 | 担当者 |
| 〜9：00 | 準備・事前打合せ |  |
| 9：00〜9：20 | 受付、着替え、準備 |  |
| 9：20〜9：30 | 開会式、諸注意、講師紹介 | 菊地 |
| 9：30～9：50 | 鎮魂行(主座：米地先生　　打棒：菊地) |  |
| 9：50～10：50(60分) | 講義1乱捕→運用法→立合評価法への変遷安全性を重要視した防具の機能と正しい着装※評価基準 | 菊地(米地) |
| 10：40～１1：10(30分) | 防具着装の実演 | 川島米地(菊地) |
| 11：20〜12：10(50分) | 基本修練突・蹴・運歩・構え※防具着用しての運用 | 川島 |
| 12：10〜13：10 | 昼食 |  |
| 13：10～14：10(60分) | 講義2ジャッジの諸動作(主審・副審）※画像 | 米地菊地 |
| 14：10〜14：20 | 休憩 |  |
| 14：20〜15：30(70分) | 立合評価法試技※主審・副審の実際の動作確認と経験※動画 | 川島米地菊地 |
| 15：40～15：50(20分) | 質疑応答※立合評価法の講習会案内他 | 川島米地 |
| 15：50〜16：00 | 講評 | 川島米地 |
| 16：00〜 | 作務 |  |

準備器材：スクリーン、プロジェクター、PC

紅白ビニールテープ、紅白旗2コート分(4対)、巻き尺