

2025年度 ひなみ塾「武道クラス」如水 年間スケジュール

※スケジュールは、都合により変更することがあります。

本物の強さ＝賢い頭×賢い体

月	週	日付	35分	40分	15分
1	①	1月11日	ウォームアップ／基本稽古	形 基本の形 武器 ナイハンチ、セーパイ	個人戦
	②	1月18日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	1月25日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	2月1日	第21回「形」発表会		
2	①	2月8日	ウォームアップ／基本稽古	立ち技 突き、蹴り 間合いの操作 ランキング戦前の回－戦い方への個別アドバイス	個人戦
	②	2月15日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	2月22日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	3月1日	第22回 ランキング戦		
3	①	3月8日	ウォームアップ／基本稽古	寝技 運動能力強化 各種関節技、ポジショニング、投げ 総合(4級以上)	個人戦
	②	3月15日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	3月22日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	3月29日	第60回 昇段級審査会		
4	①	4月5日	ウォームアップ／基本稽古	形 基本の形 武器 ナイハンチ、セーパイ	個人戦
	②	4月12日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	4月19日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	4月26日	第22回「形」発表会		
5	①	5月3日	ウォームアップ／基本稽古	立ち技 突き、蹴り 間合いの操作 ランキング戦前の回－戦い方への個別アドバイス	個人戦
	②	5月10日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	5月17日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	5月24日	第23回 ランキング戦		
6	①	5月31日	ウォームアップ／基本稽古	寝技 運動能力強化 各種関節技、ポジショニング、投げ 総合(4級以上)	個人戦
	②	6月7日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	6月14日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	6月21日	第61回 昇段級審査会		
7	①	6月28日	ウォームアップ／基本稽古	形 基本の形 武器 ナイハンチ、セーパイ	個人戦
	②	7月5日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	7月12日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	7月19日	第23回「形」発表会		
8	①	7月26日	ウォームアップ／基本稽古	立ち技 突き、蹴り 間合いの操作 ランキング戦前の回－戦い方への個別アドバイス	個人戦
	②	8月9日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	8月16日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	8月23日	第24回 ランキング戦		
9	①	8月30日	ウォームアップ／基本稽古	寝技 運動能力強化 各種関節技、ポジショニング、投げ 総合(4級以上)	個人戦
	②	9月6日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	9月13日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	9月20日	第62回 昇段級審査会		
10	①	10月4日	ウォームアップ／基本稽古	形 基本の形 武器 ナイハンチ、セーパイ	個人戦
	②	10月11日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	10月18日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	10月25日	第24回「形」発表会		
11	①	11月1日	ウォームアップ／基本稽古	立ち技 突き、蹴り 間合いの操作 ランキング戦前の回－戦い方への個別アドバイス	個人戦
	②	11月8日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	11月15日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	11月29日	第25回 ランキング戦		
12	①	12月6日	ウォームアップ／基本稽古	寝技 運動能力強化 各種関節技、ポジショニング、投げ 総合(4級以上)	個人戦
	②	12月13日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	③	12月20日	ウォームアップ／基本稽古		個人戦
	④	12月27日	第63回 昇段級審査会		

◇ 8月2日・9月27日・11月22日は、ひなみ塾休講に伴い、稽古はお休みです。

◇ 12:50までに道場に入り、マイチャレ板書、防具拭き、飲み物の準備をお願いします。

ひなみ塾は、自分でゴールを決めて、仲間とともに楽しく工夫しながらやりぬき、感動を生む人になる場所です。