

2020年8月 淳風会長久手支部スケジュール

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1 杵ヶ池練習(会費集金) 15:00～自主練習 ※板間のみ 18:00～通常練習
2 杵ヶ池練習 12:00～自主練習可 13:00～15:00一般部 15:00～通常練習	3	4	5 杵ヶ池練習(会費集金)	6	7	8 杵ヶ池練習 15:00～自主練習 ※板間のみ 18:00～通常練習
9 杵ヶ池練習 12:00～自主練習可 13:00～15:00一般部 15:00～通常練習	10 ※強化部練習(仮)	11	12 杵ヶ池練習	13	14	15 杵ヶ池練習 15:00～自主練習 ※板間のみ 18:00～通常練習
16 杵ヶ池練習 12:00～自主練習可 13:00～15:00一般部 15:00～通常練習	17	18	19 杵ヶ池練習	20	21	22 杵ヶ池練習 15:00～自主練習 ※板間のみ 18:00～通常練習
23 杵ヶ池練習 12:00～自主練習可 13:00～15:00一般部 15:00～通常練習	24	25	26 杵ヶ池練習	27	28	29 杵ヶ池練習 15:00～自主練習 ※板間のみ 18:00～通常練習
30 杵ヶ池練習 12:00～自主練習可 13:00～15:00一般部 15:00～通常練習	31					

練習タイムスケジュール(柔道場・剣道場)

	水・土曜日	日曜日
① 消毒・受付	18:00～18:15	15:00～15:15
1部(無級～4級)	18:15～19:00	15:15～16:00
② 消毒・清掃	19:00～19:10	16:00～16:10
2部(3級～初段補)	19:10～20:00	16:10～16:50
3部(初段以上・大会)	20:00～20:50	
③ 消毒・清掃	20:50～21:00	16:50～17:00

※上級者は、一つ前のクラスに参加可。検温、マスクを忘れないこと。

※消毒・清掃の時間は、①は1部メンバ、②は2部メンバ、③は3部メンバがおこなう。

※練習が終了したら速やかに帰宅すること。

※大きな気合は出さない・周りの人と2m以上の距離をとる

※基本的には練習中もマスクを着用する

※飲み物は各自持参すること

日曜日(杵ヶ池体育館)

13:00～15:00 一般部練習

火・金曜日 朝練 雨の場合は、zoom朝練

6:30～7:00 クラス分け無し・マスク着用、検温して参加してください。

※道場に入る前に、手の消毒、検温・体調の報告(記録)をすること。

・会費の集金について 8月の会費集金日は、1日土曜及び5日水曜の18:50～19:20に受け付けます。

・道着・拳サポーター申込みは随時受け付け、支払いは商品と引き換えとします。(今年度 防具・道着係:平岩さん)

根を張る

愛知県の感染者数が増加する中、9月13日に予定していた愛知県錬成大会や、11月に予定していた淳風会大会も中止になりました。場合によっては、長久手支部の活動も制限される可能性も出てきました。

長久手支部では、感染を防ぐべく活動をしてきました。練習を通して、感染予防の精度を高めていければ良いと思っています。そして身を守る術を身につけて欲しいと思っています。もし体育館の利用ができない事態になったら、またオンラインで続けていきましょう。

今は、根を張る時期です。この時期がどれだけ長くなるかはわかりませんが、この時期にどれだけ広く深く根を張れるかが、未来の成長のために大切だと思います。どうすれば広く深く根を張れるか。それは体づくりと基本です。それは他人ではなく自分自身に目を向けるということです。自分自身の良いところも悪いところもちゃんと見つめて、良いところを伸ばし、悪いところを修正できるか。8月は自主練習の時間も確保してあります。一人でする稽古は、自分と向き合う時間です。(文:水田洋平)