

## 令和7年度 第1回組手講習会時間割表

### 《時程》

受付	12 : 30～13 : 00
開講式	13 : 00～13 : 15
準備体操	13 : 15～13 : 30
組手練習	13 : 30～14 : 30
休憩	14 : 30～14 : 40
組手練習	14 : 40～16 : 20
閉講式	16 : 20～16 : 40
写真撮影	16 : 40～16 : 50
解散	16 : 50

※休憩時間にドリンクを配ります。