

**2023野外稽古とレクリエーションのお知らせ**

2023/6/19(月)  
会津北道場事務局

暑さも厳しい中、熱中症等に気をつけましょう。  
日々、学校や仕事等に取り組み、更に、稽古お疲れ様です。  
下記内容で野外稽古とレクリエーション等を開催いたします。

1. 日時

2023年~~7~~<sup>8</sup>月~~20~~<sup>6</sup>日(日) 9時半集合  
会津北道場(現地集合でも可)、

\*熊田の車(5人乗り)で移動予定  
\*車を出せる方は、お願い致します。

2. 開催場所

会津レクリエーション公園～小石ヶ浜

3. 会費

1500円/人 \*昼食込み

4. 持参品

空手道着、短パン、Tシャツ、タオル、着替え、運動靴、  
飲料水、薬など

5. 主な内容

10:00 公園内一周散歩、アスレチック他

12:00 小石が浜に移動

(徒歩15分位または車5分位)

13:00 バーベキュー(焼肉、焼きそば等)

14:00 基本、型、シャドー、  
湖水浴び、スイカ割り、花火他

18:30 会津北道場戻り、解散

注意事項 ケガ、事故等には十分気をつけましょう。

幹事:熊田

.....キリトリ線.....

2023野外稽古とレクリエーションに参加します。

氏名	
電話	

合計 円

以上