

## 1月24日（土）

12:00	集合	谷田部体育館
12:20	撮影・諸注意	撮影 担当 鴨志田師範代
12:30	稽古開始	準備運動・基本稽古 担当 鴨志田師範
13:15	休憩	
13:20	帯別稽古	基本稽古・移動稽古 担当 各分支部長
14:00	休憩	
14:10	全体稽古	ミット打ち 担当 香取
14:50	休憩	
15:00	補強・整列	
15:30	移動開始	
16:30	ホテル到着	一般部ミーティング
18:30	食事開始	203号室
19:30	食事終了	
20:30	レクレーション	203号室
22:00	消灯	

## 1月25日（日）

5:30	起床	
5:50	1F集合 準備運動・移動	早朝挨拶 担当 鴨志田師範
6:15	準備運動	ランニング 担当 古谷 川上 芝生での稽古 撮影
7:15	稽古終了	ホテルへ移動
8:00	朝食	203号室
9:30	バス移動	1F集合
10:00	稽古開始	担当 鴨志田師範
10:45	休憩	
11:00	組手全体稽古	担当 各分支部長
11:45	稽古終了	
12:00	稽古終了	合宿総括 担当 鴨志田師範
12:15	弁当配布	
12:30	全員撤収	

	風呂A	風呂担当	風呂B	風呂担当
17:15	下館	関亦	那珂	久
17:45	つくば・古河	伊藤・小川	日立・守谷	尾崎
19:30	女子部	山脇・池田	鹿嶋	原
20:00	土浦・龍ヶ崎	香取	加須	大内