



★11月の主な行事

▶10日(土曜日) 夕方6時～会場準備

▶11日(日曜日)

K-SPIRIT10

日本拳法みちのく選手権大会。

(大崎市古川体育館)

昨年のK-SPIRIT9大会



今月の稽古目標/K-SPIRIT大会の反省と形稽古

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 稽古①(古川北中)	3/文化の日 
4	5	6 稽古②(古川中)	7/立冬 	8	9 稽古③(古川北中) 平地優記さん 祝誕生日	10
11 K-SPIRIT10大会 (古川武道館)	12	13 稽古休み	14	15/七五三	16 稽古④(古川北中)	17
18	19	20 稽古⑤(古川中)	21	22/小雪 	23/勤労感謝の日 稽古休み 	24
25	26	27 稽古⑥(古川中)	28	29	30 稽古⑦(古川北中)	

メモ

《大崎倶楽部関係者の皆様へご協力お願い》

11日に開催される「K-SPIRIT10 日本拳法みちのく総合選手権大会」、10回目となる節目の大会となります。昨年の大会は気仙沼会場で、気仙沼のご父兄や関係者の皆様に準備や運営と大変お世話になりました。今年は、大崎倶楽部がお世話役となる年となります。

大会の前日(土曜日)は、夕方6時から会場準備を行いますので、是非ご協力お願いします。

都合の良い時間に来ていただければ結構です。

また、当日の大会スタッフでのご協力もお願いします。