

ハンディ戦 準初段

きょう がつ にち
今日は 月 日

きょう もくひょう てん
今日の目標: 点

ふりがな ()

名前: _____ 段 (男・女)

※集中して取り組みましょう。ときどき深呼吸をすると技がきまります。

※「〇回目、はじめ！」と言われたら始めましょう。途中で練習してはいけません。

	せんぎ 選技	1	2	3	4	5	ごうけい 合計	
1	まえ 前ふりろうそく							
2	とめけん							
3	ひこうき 飛行機							
4	ふりけん							
5	にほんいっしゅう 日本一周							
6	はやてちゅうざら はやて中皿							
7	けんいっしゅう 県一周							
8	せかいいっしゅう 世界一周							
9	さかおとし さか落とし							
10	うぐいす							
じゅんい 順位: _____ 位							そうとくてん 総得点	

(タイム競技) ①空中ブランコ ②とめけん
③飛行機 ④ふりけん ⑤日本一周