大川式けん玉メソッド

けん玉練習シート　A

10セット練習して平均を出そう！

得点競技：上級決勝B

名前：

No.	技	日付	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	平均
1	うぐいすの谷渡り												
2	うらふりけん～宇宙一周												
3	つるしとめけん～地球まわし												
4	けん先おもてうらすべり												
5	すべり止め極意												
6	灯台～けん												
7	二回転灯台												
8	一回転飛行機～灯立												
9	ふりけん(もちかえて)はねけん												
10	灯台とんぼ返り												
計													

得点競技：上級決勝B

事前練習してから1セット！10セットおわるたびに平均が上がるぞ！

No.	技	日付	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	平均
1	うぐいすの谷渡り												
2	うらふりけん～宇宙一周												
3	つるしとめけん～地球まわし												
4	けん先おもてうらすべり												
5	すべり止め極意												
6	灯台～けん												
7	二回転灯台												
8	一回転飛行機～灯立												
9	ふりけん(もちかえて)はねけん												
10	灯台とんぼ返り												
計													