

# ハンディ戦 初段・二段

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	とめけん							
2	ひこうき 飛行機							
3	ふりけん							
4	けんさき けん先すべり							
5	せかい いっしゅう 世界一周							
6	とうだい 灯台							
7	うぐいす～けん							
8	おおざらがえ 大皿返し							
9	ヨーロッパ ヨーロッパ一周							
10	はねけん							
							じゅんい 順位: _____ 位	そうとくてん 総得点

(タイム競技) ①前ふりろうそく ②とめけん  
③飛行機 ④(初)ふりけん(二)地球まわし ⑤さか落とし