

一人を、15日間。

勝敗の横に、「自分にはどう見えたか」を一行。

力士名： _____ 年・場所： _____

今場所、見たいところ： _____

例：右腕が内側に入ったか / 押したあとも足が前へ進んだか

日目	相手	勝敗	決まり手	見えたこと・次の疑問
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

あとから読み返す

一番覚えている取組： _____

最初の印象と変わったこと： _____

次の場所でも見たいところ： _____

見られなかった日は空欄で。勝敗・決まり手は公式記録で確かめてから記入。