

原則見学はできません - 継続中 -

※幼年・小学生・中学生・高校生は1日1コマの参加をお願いします。(連続参加不可)
 ※政府・東京都・港区からの発表などにより、スケジュールが急遽変更となる場合がございます。

・ご自宅出発前に、37°以下であることをご確認ください。(平熱が高い・低い等あればお知らせください)
 ・体調不良(咳・痰・その他症状)がある場合は、稽古へ参加できません。(途中で判明した場合、熱が出てなくても帰宅となります)
 ・同居する方で体調不良(咳・痰・その他症状)がある場合、生徒本人が元気であっても、稽古参加はお控えください。
 ・感染症陽性、濃厚接触などが判明した場合は、稽古へ参加できません。指定療養期間が経過し、症状がない事を確認の上ご参加ください。

【品川道場】

【麻布十番道場】

◆1月							◆1月							
日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	
1 元旦	2 年末年始	3 年末年始	4 年末年始	5 年末年始	6 年末年始	7 年末年始	1 元旦	2 年末年始	3 年末年始	4 年末年始	5 年末年始	6 年末年始	7 年末年始	
8 本部行事	9 成人の日	10	11	12	13	14	8 本部行事	9 成人の日	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20 ゼネラル休講	21	
22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31	※年末年始休講：～2022/1/7(土)					29	30	31	※年末年始休講：～2022/1/7(土)			

◆2月

◆2月

2月・3月のスケジュールは
確定次第更新します。

◆

品川【12月後半スケジュール】							麻布十番【12月後半スケジュール】						
日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
11	12	13	14	15	16	17	11	12	13	14	15	16 r 初のみ休講	17
18	19	20	21	22 ※ゼネラル 以降休講	23	休講24	18	19	20	21	22	休講23 大会前休講	休講24
25 全日本大会	26 年末年始休講	27	28	29 年末年始休講	30	31 年末年始休講	25 全日本大会	26	27 ※ゼネラル1コマのみ 振替休講 (12/6)	28 年末年始休講	29	30 年末年始休講	31 年末年始休講

【レギュラースケジュール】※クラス編成2022/5～適用

週間稽古スケジュール

■品川港南口道場 ※GY:ゼネラルユース(支部ユース登録者)、GH:中高生(支部ユース未登録者)

Table with columns: 曜日, 時間, クラス. Rows for 月, 木, 土 days with various class times and descriptions.

■マルチレッスン

Table with columns: 月1～2回, 毎月調整, Karaty ママ/ゆるカラ ※参加登録制

■プライベートレッスン

Table with columns: 応相談, プライベート 基本・移動・型・技術 ※個別申込(別途費用/1h～受付)

※2022年5月7日(土)施行

※全クラス見学はできません。廊下などでもお待ちいただくことができませんので、送り迎えのみのご来場にご協力をお願いします。

※キッズ・ジュニア・GH・GYの稽古への参加は原則1日1クラスのみです。

※1 「GY」とはゼネラルユース(中学生・高校生・大学生がメイン競技選手:支部ユースコース登録者)

※2 「GH」とはゼネラルホープ(中学生・高校生の支部ユースコース未登録者)。「GH選手」とは同じく中高生の支部ユース以外で大会出場をしている選手が対象です。

※3 「ジュニア(白～オレンジ)」は原則小学生が対象です。但し、年長の県大会(上級)以上選手で入賞実績等により参加を検討します。※但し、ジュニアがメインのクラスです。

※4 「GY&ジュニア選手(県大会～上級選手:黄帯以上)&GH」の「ジュニア」は原則小学生の県大会以上の選手&黄帯以上のみ参加可能です。小学生(高学年)の青帯(緑有)の青帯(緑有)でも全関東選手権・全国選手権の優勝者選手は応相談。

黄帯以上がメインのクラスの為、原則小学生の青帯(8級・7級)以下と幼年は参加不可です。

※5 水曜日「ジュニア選手"ミット&組手40"」は非常に厳しい通常とは指導方針が異なるクラスです。参加には指導員の許可が必要です。

※6 水曜日「ゼネラル&GY "型&シェイプ"」は型や基礎を作りこむじっくりクラス(サポーター不要)です。基礎を見直したいゼネラル会員は各該当クラスへ参加可能ですが、初心者(基本・移動)を習得してから参加可能です。

※7 月曜日・水曜日・土曜日「GY競技(中学生以上支部ユース登録者)」は支部ユースクラスに登録している選手のみ参加可能です。例外はありません。

尚、特別として小学6年生の上級者で全国大会優勝・準優勝、ブロック大会優勝等、複数の実績がある場合はグレードアップ(土曜日のみ)登録が可能です。

※8 「シニアゼネラル」とは原則30歳以上の大人となります。※アドバンスなど指定がある場合は、その基準が加わります。※その他の競技選手は積極的に「ゼネラルプラス」へ参加してください。

※9 「ゼネラルプラス」「ゼネラルプラス30」はスパーリングやミットが中心の中級ショートクラスです。中級(青帯)相当への参加が基準です。師範代までお問合せください。

※10 金曜日「シニアゼネラルレイトクラス」は月2回をベースとしたクラスとなります。その月の状況により月1回となる場合がございます。

※11 「karaty ママ」はメンバー登録制で、ゆっくりとストレッチ・基礎等時間をかけて体を動かしてリフレッシュする女性だけの月2回開催クラスです。

※12 「ゆるカラ」はメンバー登録制で、怪我等で通常クラスへの参加が難しい方向けのクラスです。ゆっくりとストレッチ・基礎・型等へ時間をかけて体を動かす月1～2回開催クラスです。

※13 「ゼネラルグループレッスン」はサポーター会員向けの参加許可制で、通常稽古よりゆっくりじっくりと稽古を進めていくクラスです。

※14 個別申込で受付を行います。原則マンツーマンのクラスです。担当:谷口先生。1時間～受付となります。申込:支部事務局 谷口先生(tokyobayminato@gmail.com)までお問い合わせください。

■麻布十番道場 ※GY:ゼネラルユース(支部ユース登録者)、GH:中高生(支部ユース未登録者)

Table with columns: 曜日, 時間, クラス. Rows for 火, 水, 金, 土 days with various class times and descriptions.