

見学はできません ※稽古スペース確保・通路待機不可の為

※幼年・小学生・中学生・高校生は1日1コマまでの参加。(連続参加不可)

マスク着用有無はどちらでもOK(任意です)

【品川道場】

【麻布十番道場】

◆4月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15 大会前日 特別スケジュール
16	17	18	19	20	21	22
全四国						
23/30 30兵庫県	24	25	26	27	28	29 祝日

◆4月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14 ゼネラル休講	15
16	17	18	19	20	21	22
全四国						
23/30 30兵庫県	24	25	26	27	28 ゼネラル休講	29 祝日

4月15日(土)特別編成スケジュール 大会前日の為、特別スケジュールで「基礎&型クラス」を開講(品川)

①②③④サポーター類は不要
(麻布十番道場は通常スケジュールです。)

※キッズ(幼年)白のみ親御様1名の一緒に参加し、一緒に覚えてください。

- ①キッズ(白)&親御様「太極1&まわし蹴り」10:30-11:10
- ②キッズ(オレンジ)・ジュニア(白-オレンジ)「太極3・平安1」11:20-12:00
- ③ジュニア(青-茶)「帯にあわせた型」12:10-13:00
- ④GH・GY・ゼネラル「帯にあわせた型」13:10-14:50
- ⑤GY・ゼネラル(大会出場選手)「ミット・組手」14:50-15:20

◆5月

※GW休講5/1~5/5

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
	1 GW休講	2	3	4 GW休講	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	JFKO20 大会休講
21 JFKOフルコン	22 大会休講	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

◆5月

※GW休講5/1~5/5

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
	1	2 GW休講	3 GW休講	4	5 GW休講5 振替開講(5/19)	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19 5/6振替19 大会休講	JFKO20 大会休講
21 JFKOフルコン	22	23	24	25	26 ゼネラル休講	27
28	29	30	31			

5月5日(金)※5/19分振替 特別編成スケジュール GW休講中の為、特別スケジュールにて開講

①サポーター類は不要

※キッズのみ親御様1名の一緒に参加し、一緒に覚えてください。

- ①キッズ&親御様「太極1・2&まわし蹴り」9:00-9:40
- ②ジュニア(白-オレンジ)9:50-10:40
- ③ジュニア(青-茶)&GH&GY(中1)10:50-11:50
- ④シニアゼネラル(レイト)12:00-13:00

◆6月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
6月のスケジュールは確定次第更新します。						

◆6月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
6月のスケジュールは確定次第更新します。						

品川

3月後半スケジュール

麻布十番

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
26 振替開講(3/11土)	27	28	29	30	31	

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
26 振替開講(3/11)	27	28	29 休講	30	31 ゼネラル休講	

【レギュラースケジュール】※クラス編成2023/4～適用

週間稽古スケジュール

■品川港南口道場 ※GY:ゼネラル(支部ユース登録者)、GH:中高大生(支部ユース未登録者)			■麻布十番道場 ※GY:ゼネラル(支部ユース登録者)、GH:中高大生(支部ユース未登録者)		
曜日	時間	クラス	曜日	時間	クラス
月	16:00～16:50	キッズ	火	15:30～16:10	キッズ
	17:00～17:50	ジュニア(白～青:組手なし)		16:20～17:00	ジュニア(白～オレンジ)
	18:00～18:50	ジュニア(青～茶)&GH (+次期青クラスUP許可選手&全国選抜選手クラスUP)		17:10～17:50	ジュニア(青～茶)
	19:00～20:00	GY競技&GH選手		18:00～19:00	GY競技&ジュニア選手(選手権上級&黄帯以上)&GH
木	16:00～16:50	キッズ	水	19:15～20:15	ゼネラル・GH
	17:00～17:50	ジュニア(白～オレンジ帯)		20:30～21:30	ゼネラル帯研(黒帯シニアアドバンス)
	18:00～18:50	ジュニア(青～茶) (+次期青クラスUP許可選手&全国選抜選手クラスUP)		16:20～17:00	GY競技(中1.2)&ジュニア選手(選手権上級)
	19:00～19:50	GY競技&ジュニア選手(選手権上級&黄帯以上)&GH	17:15～18:45	GY競技	
	20:00～21:00	ゼネラル&GH	19:00～19:45	ゼネラル&GH “型&シェイプ” (初中級:白～黄帯)	
	21:10～21:40	ゼネラルプラス30&GH選手	19:50～20:35	ゼネラル&GH “型&シェイプ” (中上級:緑～黒帯)	
土	14:40～15:40	ゼネラル&GH	20:45～21:30	シニアゼネラルアドバンス “型&シェイプ” (上級&全国大会選手:黒帯相当選手)	
	15:50～16:40	キッズ	金	16:00～16:50	キッズ
	16:45～17:30	ジュニア(白～オレンジ帯)		17:00～17:50	ジュニア(白～オレンジ帯)
	17:40～18:25	ジュニア(青～茶) (+次期青クラスUP許可選手&全国選抜選手クラスUP)		18:00～19:00	ジュニア(青～茶)&GH&GY競技(中1)
	18:30～19:20	GY競技(中1.2)&GH&ジュニア選手(選手権上級&黄帯以上)	21:30～22:30	シニアゼネラルレイト ※月1～2回開講	
	19:30～21:00	GY競技(大高・中3) (+中2以上指定選手)	土	8:30～9:10	キッズ(白)
■マルチレッスン				9:20～10:00	キッズ(オレンジ、年長:白クラスUP※基礎卒業後)& ジュニア(小1.2:白～オレンジ帯)
月1～2回	毎月調整	Karaty ママ/ゆるカラ ※参加登録制		10:10～11:00	ジュニア(小1.2青、小3-6合同)
■プライベートレッスン				11:15～12:15	ゼネラル&GY&GH
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)	12:25～13:25	ゼネラルプラス&GY&GH(青帯相当以上)	