

# 日本空手道 拳成会 稽古予定 H29.9月

## 総本部及び尻手道場稽古予定表 (館長直接指導)

稽古時間	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 ★尻手道場 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	2 ★総本部道場 昇級審査会 13:30~
	3 ★総本部道場 少年部・一般部(合同) 10:00~11:30 (幼年部は11:00まで) ★尻手道場 少年部・一般部(合同) 14:00~16:00 (少年部は15:00まで)	4 ★尻手道場 一般部 10:30~11:30 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	5 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:00~17:00 少年部 17:00~18:00 少年部(選手強化) 18:00~19:30 一般部 20:00~21:30	6 ★尻手道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	7 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:00~17:00 少年部 17:00~18:00 少年部(選手強化) 18:00~19:30 一般部 20:00~21:30	8 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 ★尻手道場 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	9 ★総本部道場 少年部(合同) 10:00~11:30 (幼年部は11:00まで) 午後稽古お休み
	10 ★総本部道場 稽古休み ★尻手道場 少年部・一般部(合同) 14:00~16:00 (少年部は15:00まで)	11 ★尻手道場 一般部 10:30~11:30 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	12 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:00~17:00 少年部 17:00~18:00 少年部(選手強化) 18:00~19:30 一般部 20:00~21:30	13 ★尻手道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	14 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:00~17:00 少年部 17:00~18:00 少年部(選手強化) 18:00~19:30 一般部 20:00~21:30	15 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 ★尻手道場 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	16 ★総本部道場 少年部(合同) 10:00~11:30 (幼年部は11:00まで) 少年・一般部(選手強化) 13:30~15:00 一般部お休み
	17 お休み	18 ★尻手道場 一般部 10:30~11:30 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	19 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:00~17:00 少年部 17:00~18:00 少年部(選手強化) 18:00~19:30 一般部 20:00~21:30	20 ★尻手道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	21 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:00~17:00 少年部 17:00~18:00 少年部(選手強化) 18:00~19:30 一般部 20:00~21:30	22 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 ★尻手道場 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	23 ★総本部道場 少年部(合同) 10:00~11:30 (幼年部は11:00まで) 午後稽古お休み
	24 国際総合 全日本大会	25 お休み	26 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:00~17:00 少年部 17:00~18:00 少年部(選手強化) 18:00~19:30 一般部 20:00~21:30	27 ★尻手道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	28 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 幼年部 16:00~17:00 少年部 17:00~18:00 少年部(選手強化) 18:00~19:30 一般部 20:00~21:30	29 ★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 10:30~11:30 ★尻手道場 幼年部 16:30~17:30 少年部 17:30~18:30 少年部(選手強化) 18:30~20:00 一般部 20:00~21:30	30 ★総本部道場 少年部(合同) 10:00~11:30 (幼年部は11:00まで) 少年・一般部(選手強化) 13:30~15:00 特別選手強化 15:00~16:00 一般部 20:00~21:30

★総本部道場と尻手道場の健康・ダイエット&シェイプアップカラテクラスについて。(クラスのみ参加は1回500円、または回数券6枚2500円、会員の父母、祖父母の場合は1回300円、または回数券6枚1500円もあります。)  
 ☆なごみ道場稽古場所は、小島柔道館です。  
**★9/2(土)13:30~昇級審査会を総本部道場で行います。**

連絡事項

幼  
少  
少

一 般 部 : 中学生以上

連絡先

ホームページのアドレス <http://www.kenseikai.org/>  
 iモードのアドレス <http://www.kenseikai.org/i/>  
 森 館長のメール [qq7z8tkd@silk.ocn.ne.jp](mailto:qq7z8tkd@silk.ocn.ne.jp)

総本部道場電話・FAX 044-750-7115  
 事務局電話・FAX 044-777-8178  
 携帯 090-2415-6541