

日本空手道 拳成会 稽古予定 H31.1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 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | 12/28~1/4まで年末年始のため稽古休み | | | | | | ★総本部道場 少年部(合同) 10:00~11:30 (幼年部は11:00まで) ★川崎大師参拝日 JR川崎駅改札前 13:00集合 |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | ★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) | ★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 シニア部12:30~13:30 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 | ★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 | ★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 | ★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 | ★総本部道場 健康体操 &ダイエット 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 | ★総本部道場 合同稽古及び 年間表彰 13:30~16:00 ★新年会 18:00~ |
| | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| | ★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) | ★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 シニア部12:30~13:30 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 | ★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 | ★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 | ★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 | 稽古休み | ★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 |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| | ★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) | ★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 シニア部12:30~13:30 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 | ★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 | ★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 | ★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 | ★総本部道場 健康体操 &ダイエット 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 | ★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 |
| | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |
| | ★総本部道場 ★第6回拳成会 交流大会 10:00~ 総本部道場 | ★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 シニア部12:30~13:30 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 | ★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 | ★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 | ★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 | | |

連絡事項

★総本部道場と尻手道場の健康体操・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、川崎市多摩スポーツセンターです。
 ★毎週月曜日12:30~13:30尻手道場でシニア空手クラスを行っています。
 ★1/12(土)は、総本部道場で合同稽古13:30~16:00、(年間表彰を行います)終了後、16:00から新年会を行います。
 ★冬休み期間の健康・ダイエット&シェイプアップカラテクラスは親子教室もかねて行います。
 ★1/27(日)は、総本部道場で第6回拳成会交流大会で型・組手競技会を行います。皆さん型の稽古をして参加して下さい。
 ★1/5(土)は、川崎大師参拝します。参加者は、当日13:00JR川崎駅改札前集合です。

連絡先

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| ホームページのアドレス http://www.kenseikai.org/ | 総本部道場電話・FAX 044-750-7115 |
| iモードのアドレス http://www.kenseikai.org/i/ | 事務局電話・FAX 044-777-8178 |
| 森 館長のメール qq7z8tkd@silk.ocn.ne.jp | 携帯 090-2415-6541 |

