

日本空手道 拳成会 稽古予定 令和2年4・5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 4月19日	月曜日 4月20日	火曜日 4月21日	水曜日 4月22日	木曜日 4月23日	金曜日 4月24日	土曜日 4月25日	
	演武のため 稽古休み	★尻手道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 12:30～13:30 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00	★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 1部 16:00～17:00 2部 17:30～18:30	★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 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00	★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 15:00～15:45 1部 16:00～17:00 2部 17:30～18:30	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 連盟打合せのため 稽古休み	武徳殿 国際講習会 のため 稽古休み	
	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	
	武徳殿 国際講習会のため 稽古休み	武徳殿 国際講習会のため 稽古休み	ゴールデンウィーク稽古休み (4/28～5/10)					
	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	
	ゴールデンウィークのため休み (4/28～5/10)							
	5月10日	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	
	ゴールデンウィーク 稽古休み (4/28～5/10)	★尻手道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 12:30～13:30 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00	★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 1部 16:00～17:00 2部 17:30～18:30	★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 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00	★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 15:00～15:45 1部 16:00～17:00 2部 17:30～18:30	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00 3部 19:30～21:00	★総本部道場 少年部(合同) 10:00～11:00 一般部 19:00～20:30	
	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	
	★総本部道場 少年部・一般部(合同) 10:00～11:00 ★尻手道場 少年部・一般部(合同) 14:00～15:00	★尻手道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 12:30～13:30 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00	★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 1部 16:00～17:00 2部 17:30～18:30	★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 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00	★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 15:00～15:45 1部 16:00～17:00 2部 17:30～18:30	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00 3部 19:30～21:00	★総本部道場 少年部(合同) 10:00～11:00 一般部 19:00～20:30	
	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	
	★総本部道場 少年部・一般部(合同) 10:00～11:00 ★尻手道場 少年部・一般部(合同) 14:00～15:00	★尻手道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 12:30～13:30 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00	★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 1部 16:00～17:00 2部 17:30～18:30	★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 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00	★総本部道場 健康・ダイエット& シェイプアップカラテ 15:00～15:45 1部 16:00～17:00 2部 17:30～18:30	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 1部 16:30～17:30 2部 18:00～19:00 3部 19:30～21:00	★総本部道場 少年部(合同) 10:00～11:00 一般部 19:00～20:30	
	5月31日	★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。) ★尻手道場毎週月曜日の健康ダイエットクラス12:30～13:30に変更。 <b style="color: red; font-size: 1.2em;">★新型コロナ対策により稽古時間とクラスの変更 ・各クラス1部2部3部に変更、生徒はどのクラスに参加したもOKです。 ・ただし、稽古日は1クラスのみ参加をお願いします。2クラス参加するときは静かに待機を。 ・参加は各部 稽古開始10分前から集合、稽古終了後は10分以内に退出をお願いします。 ・稽古前後の消毒スプレーによる手指の消毒徹底。 ・稽古前後の換気の徹底、稽古時間中は換気扇の稼働。 ☆6/6(土)昇級審査会を行います。13:30から総本部道場						
	★総本部道場 少年部・一般部(合同) 10:00～11:00 ★尻手道場 少年部・一般部(合同) 14:00～15:00							

連絡事項

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

総本部道場電話・FAX 044-750-7115

携帯 090-2415-6541