

# 日本空手道 拳成会 稽古予定 令和2年6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	6
		☆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
	7	8	9	10	11	12	13
		☆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
	14	15	16	17	18	19	20
		☆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
	21	22	23	24	25	26	27
		☆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
	28	29	30	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
		☆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 昇級審査会 13:30～

☆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。)

☆新型コロナウイルス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クラスのみので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。日曜日は、当分の間稽古無しにします。

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