

日本空手道 拳成会 稽古予定 令和3年2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
		★尻手道場 健康・ダイエットクラス 12:30～13:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 高学年・黄色帯以上 18:45～19:45	★尻手道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 選手強化 18:45～19:45 一般部20:00～21:00	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 14:30～15:20 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 黄帯以上18:45～19:45 一般部 20:00～21:00	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 少年部(合同) 10:00～11:00 午後は稽古休み
	大会参加のため 稽古休み	稽古休み	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 高学年・黄色帯以上 18:45～19:45	★尻手道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 選手強化 18:45～19:45 一般部20:00～21:00	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 14:30～15:20 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 黄帯以上18:45～19:45 一般部 20:00～21:00	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 少年部(合同) 10:00～11:00 選手強化 13:30～15:00 一般部 19:00～20:30
	★総本部道場 少年部・一般部 (合同) 10:00～11:00	★尻手道場 健康・ダイエットクラス 12:30～13:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 高学年・黄色帯以上 18:45～19:45	★尻手道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 選手強化 18:45～19:45 一般部20:00～21:00	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 14:30～15:20 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 黄帯以上18:45～19:45 一般部 20:00～21:00	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 少年部(合同) 10:00～11:00 拳成会協力会総会 11:30～
	★総本部道場 少年部・一般部 (合同) 10:00～11:00	★尻手道場 健康・ダイエットクラス 12:30～13:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 高学年・黄色帯以上 18:45～19:45	★尻手道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 選手強化 18:45～19:45 一般部20:00～21:00	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 14:30～15:20 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 黄帯以上18:45～19:45 一般部 20:00～21:00	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 少年部(合同) 10:00～11:00 選手強化 13:30～15:00 一般部 19:00～20:30
	★総本部道場 少年部・一般部 (合同) 10:00～11:00	★尻手道場 健康・ダイエットクラス 12:30～13:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 高学年・黄色帯以上 18:45～19:45	★尻手道場 健康・ダイエットクラス 10:30～11:30 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 選手強化 18:45～19:45 一般部20:00～21:00	★総本部道場 健康・ダイエットクラス 14:30～15:20 幼児・低学年白帯 15:45～16:25 幼児・低学年色帯 16:45～17:25 少年部17:45～18:30 黄帯以上18:45～19:45 一般部 20:00～21:00	★総本部道場 シニア健康体操 10:30～11:30 ★尻手道場 ・空手稽古クラス 1部 16:30～17:15 2部 17:35～18:25 3部(黄帯以上) 18:45～19:45	★総本部道場 少年部(合同) 10:00～11:00 昇級審査会 13:30～16:30

☆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。)

☆新型コロナ対策により稽古時間とクラスの変更

・尻手道場=各クラス参加目安について、1部:幼児～小学生低学年(初級)。2部:小学生～中学生初級(幼児は青帯以上)。
 3部:中学生～一般、及び黄色帯以上。・2部・3部・選手強化・一般部:はマスク使用しますので持参してください。

・総本部道場=各クラス参加目安について、幼児・小学生低学年(白帯)。幼児・小学生低学年(色帯)。
 少年部:小学生～中学生初級(幼児は青帯以上)。高学年・黄色帯以上:高学年～中学生～一般、及び黄色帯以上。
 幼児・小学生低学年(白帯)以外はマスク使用しますので持参してください。

・稽古日は1クラスのみ参加をお願いします。2クラス以上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。
 ・稽古参加者は、マスク着用をお願いします。(保護者・見学もマスク着用をお願いします)

☆3/6(土)は、13:30～昇級審査会を総本部道場で行ないます。
 ☆2/20(土)総本部道場で拳成会協力会総会を行います。11:30～

☆拳成会協力会会費2000円を2/27の月会費引落としと一緒に合わせて頂きます。宜しく御願います。

連絡事項

連絡先