

# 額田道場スケジュール

| 月                         | 火                    | 水                            | 木                         | 金                       | 土                          |
|---------------------------|----------------------|------------------------------|---------------------------|-------------------------|----------------------------|
|                           |                      |                              |                           |                         | 10:00~11:00<br>合同<br>基本クラス |
|                           |                      |                              |                           |                         | 11:00~12:30<br>選手クラス       |
|                           |                      |                              |                           |                         |                            |
|                           |                      | 16:15~17:00<br>キッズクラス        |                           |                         |                            |
| 17:00~18:00<br>基礎クラス      |                      | 17:10~17:50<br>組手入門          | 17:00~18:00<br>基礎クラス      |                         |                            |
| 18:15~19:15<br>基本クラス      |                      | 18:00~19:30<br>ミット・組手<br>クラス | 18:15~19:15<br>基本クラス      |                         |                            |
| 19:15~20:00<br>居残りクラス     |                      |                              | 19:15~20:00<br>居残りクラス     |                         |                            |
| 20:15~21:15<br>一般部        | 19:45~21:45<br>選手クラス | 20:00~21:00<br>学生・女子<br>クラス  | 20:15~21:15<br>一般部        | ~21:30<br>一般・<br>壮年部自主練 | ~21:30<br>一般・<br>壮年部自主練    |
| 21:15以降<br>自主練<br>22:30閉館 |                      | 21:15以降<br>自主練<br>22:30閉館    | 21:15以降<br>自主練<br>22:30閉館 |                         |                            |

# 各道場スケジュール

| 月 | 火<br>日下道場                   | 水 | 木 | 金<br>瓢箪山道場           | 土 |
|---|-----------------------------|---|---|----------------------|---|
|   | 17:00~18:00<br>基礎クラス        |   |   |                      |   |
|   | 18:15~19:15<br>基本クラス        |   |   | 18:15~19:15<br>基礎クラス |   |
|   | 20:00~21:00<br>学生・女子<br>クラス |   |   | 19:30~20:45<br>基本クラス |   |

18:15~19:45  
月1合同  
クラス

20:00~20:45  
居残り  
クラス