

**日本空手道 拳成会 稽古予定 令和3年9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 8月29日	月曜日 8月30日	火曜日 8月31日	水曜日 1	木曜日 2	金曜日 3	土曜日 4
<b>第8回交流試合</b> 1部: 幼児10:00~10:30 2部: 1年10:50~11:20 3部: 2年11:40~12:00 4部: 3・4年 13:20~13:50 5部: 5・6年・中学 14:10~11:40	★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 選手強化 18:45~19:45 一般部20:00~21:00	★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 昇級審査会 13:30~	
	★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 一般部20:00~21:00	★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  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 一般部20:00~21:00	★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  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 一般部20:00~21:00	★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  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 一般部20:00~21:00	★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  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 一般部20:00~21:00	★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  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 一般部20:00~21:00	武徳会師範審査会のため稽古お休みです 9/29~10/5				

**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、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500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。

・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)

☆9/4(土)昇級審査会を行います。13:30から総本部道場

**連絡先**

ホームページのアドレス <http://www.kenseikai.org/>  
 森 館長のメール qq7z8tkd@silk.ocn.ne.jp

総本部事務局電話・FAX 044-750-7115  
 携帯 090-2415-6541