

# 日本空手道 拳成会 稽古予定 令和7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
							1 ★総本部道場 少年部(合同) 10:00~11:00  選手強化 13:30~15:30 一般部 19:00~20:30
	2 ★総本部道場 少年部・一般部 (合同) 10:00~11:00	3 ☆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 17:30~18:15 3部(黄帯以上) 18:30~19:30	4 ★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	5 ☆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 17:30~18:15 選手強化 18:30~19:30 一般部20:00~21:00	6 ★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 黄帯以上18:45~19:45 一般部 20:00~21:00	7 ★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 17:30~18:15 3部(黄帯以上) 18:30~19:30	8 ★総本部道場 稽古休み
	9 ★総本部道場 少年部・一般部 (合同) 10:00~11:00	10 ☆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 17:30~18:15 3部(黄帯以上) 18:30~19:30	11 ★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	12 ☆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 17:30~18:15 選手強化 18:30~19:30 一般部20:00~21:00	13 ★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 黄帯以上18:45~19:45 一般部 20:00~21:00	14 ★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 17:30~18:15 3部(黄帯以上) 18:30~19:30	15 ★総本部道場 少年部(合同) 10:00~11:00  拳成会協力会総会 11:30~
	16 ★総本部道場 少年部・一般部 (合同) 10:00~11:00	17 ☆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 17:30~18:15 3部(黄帯以上) 18:30~19:30	18 ★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	19 ☆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 17:30~18:15 選手強化 18:30~19:30 一般部20:00~21:00	20 ★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 黄帯以上18:45~19:45 一般部 20:00~21:00	21 ★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 17:30~18:15 3部(黄帯以上) 18:30~19:30	22 ★総本部道場 少年部(合同) 10:00~11:00  選手強化 13:30~15:30 一般部 19:00~20:30
	23 ★総本部道場 連盟理事会・ 審判講習会のため 稽古休み	24 ☆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 17:30~18:15 3部(黄帯以上) 18:30~19:30	25 ★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	26 ☆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 17:30~18:15 選手強化 18:30~19:30 一般部20:00~21:00	27 ★総本部道場 稽古休み	28 ★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 17:30~18:15 3部(黄帯以上) 18:30~19:30	3月1日 ★総本部道場 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、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。)

・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

・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クラスのみので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。

・稽古参加者の、マスク着用は任意をお願いします。(保護者・見学のマスク着用も任意です。)

☆3/1(土)は、13:30～昇級審査会を総本部道場で行ないます。

☆2/15(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

ホームページのアドレス <https://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