

2024年3月の稽古

月	水	金	土
10:00～ 朝稽古(シニア向け)	10:00～ 朝稽古(シニア向け)	10:00～ 朝稽古(シニア向け)	9:30～ 親子稽古1 10:40～ 親子稽古2
16:30～ こども稽古1	16:30～ こども稽古1	16:30～ こども稽古1	—
17:35～ こども稽古2	17:35～ こども稽古2	17:35～ こども稽古2	15:40～16:40 合同稽古(親子、一般)
19:30～ 一般稽古	19:30～ 自由稽古 7日/27日	19:30～ 一般稽古	16:30～17:00 まで 自由稽古
20:30～21:00 まで 自由稽古	—	20:30～21:00 まで 自由稽古	火・木・日祝 休み

●3月の休み・・・審査期間11日～16日 20日(水)春分の日

●道場稽古

寒さが苦手な方は、道着からはみ出しすぎない肌着を着用して下さい。

●スポーツ安全保険の切替です

保険のしおりと申込封筒を渡しますので、3月中に料金と合わせて提出して下さい。

●自由稽古

隔週実施・・・6日・27日 ※対象は中学生以上の稽古生

★昇級・昇段審査会

審査期間3月11日～16日 昇段審査日は16日

@ご要望があれば柔軟に対応したいと思いますのでお気軽に連絡下さい。

空手道 飛鳥道場