全クラス　時間割表(2019.4.4～)

成城道場 時間割表(週2日)

	火	水
16:15		
16:30	各種事務手続き時間	
16:45	少年基本クラス 16:45－17:30 (荒井)	
17:00		各種事務手続き時間
17:15		
17:30	少年組手クラス 17:30－18:15 (荒井)	少年基本クラス 17:30－18:15 (上原)
17:45		
18:00		
18:15	各種事務手続き時間	少年組手クラス 18:15－19:00 (上原)
18:30		
18:45		
19:00		

○道場開放時間
時間割表、実線内

○休館日
祝祭日および、行事のある日
※土日は審査・試合などで休館となる場合がありますのでご注意ください。

狛江道場時間割表

平日

月	火	水	木	金
14:30				
14:45	各種事務手続き時間		各種事務手続き時間	
15:00				
15:15				
15:30	ひよこクラス 15:15-16:00 (荒井)		ひよこクラス 15:15-16:00 (荒井)	
15:45				
16:00				
16:15	各種事務手続き時間		各種事務手続き時間	
16:30				
16:45	少年基本クラス 16:30－17:15 (荒井&上原)	少年初級クラス 16:45 17:15 / 少年型クラス 16:45－17:45 (加藤瑞基)	少年基本クラス 16:30－17:15 (荒井)	
17:00				
17:15				
17:30	少年組手クラス 17:15－18:00 (荒井)		少年組手クラス 17:15－18:00 (荒井)	
17:45				
18:00	チームディスカッション	少年チャレンジクラス 17:50－19:20 (加藤瑞基)	チームディスカッション	
18:15				
18:30	各種事務手続き時間		各種事務手続き時間	
18:45				
19:00				
19:15	少年/一般総合クラス 19:00－20:00 (荒井)		少年/一般総合クラス 19:00－20:00 (荒井)	少年/一般総合クラス 19:00－20:00 (吉田)
19:30				
19:45		フィットクラス 19:45-20:15(加藤)		
20:00				
20:15	各種事務手続き時間			
20:30				一般基本クラス 20:15-20:45(吉田)
20:45	一般基本クラス 20:30-21:00(荒井)		一般基本クラス 20:30-21:00(荒井)	
21:00				
21:15	一般初級クラス (水崎) / 一般組手クラス 21:00－21:45 (荒井&水崎)		一般組手クラス 21:00－21:45 (荒井)	
21:30				
21:45				
22:00				
22:15	各種事務手続き時間	各種事務手続き時間/自主稽古		
22:30	自主稽古			
22:45				
23:00				

不定期
自主稽古解放

解放する場合のみ狛江/成城道場HPの[お知らせ]で詳細を告知します。

＊最終クラス終了時刻までに自主稽古生が誰もいない場合は道場を閉めます。

週末

土	日
10:00	各種事務手続き時間
10:15	親子クラス 10:00－11:00 (荒井or吉田)
10:30	
10:45	
11:00	各種事務手続き時間
11:15	親子クラス 11:00－12:00 (荒井or吉田) / 少年基本クラス 11:00－11:45 (荒井or吉田)
11:30	
11:45	少年組手クラス 11:45－12:30 (荒井or吉田)
12:00	
12:15	各種事務手続き時間
12:30	
12:45	ひよこクラス 12:30-13:15 (荒井or吉田) / 各種事務手続き時間 / 一般ライトクラス 12:45-13:15 (荒井or吉田)
13:00	
13:15	各種事務手続き時間
13:30	各種事務手続き時間
13:45	少年基本クラス 13:30－14:15 (荒井or吉田)
14:00	
14:15	各種事務手続き時間
14:30	
14:45	少年組手クラス 14:30－15:15 (荒井or吉田)
15:00	
15:15	
15:30	各種事務手続き時間
15:45	
16:00	一般基本クラス 15:45-16:15 (荒井or吉田)
16:15	
16:30	一般組手クラス 16:15-17:00 (荒井or吉田)
16:45	
17:00	

週末(荒井or吉田)⇒荒井又は吉田が指導します。毎週火曜日までにHPやメーリングリストで指導員を告知します。

#荒井又は吉田の都合がつかない場合、他の指導員が指導するかお休みになる場合もあります。