

2024年

東区道場(月・木) 東区民センター内 東区北11東7 大麻西道場(水) 大麻西地区センター内 江別市大麻沢町26-2  
 北東会館 東区北14東8 江別道場(金) 江別元町地区センター 江別市元町1-2  
 厚別区道場(土) 森林公園会館内 厚別区厚別北4-4 厚別区体育館 札幌市厚別区厚別中央2条-5-1-20  
 千歳道場(月・水・金・日) 大麻体育館 江別市大麻中町26-17  
 厚別稽古 厚別区民センター 厚別区厚別中央1条5丁目3-14  
 QOS打撃練習(火) 北区民センター内 北区北25条西6丁目1番1号 連絡先 080-3497-3595 (ツカハラ) eastsapporo@gmail.com

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日
	東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 いこい	北区 18:30~20:30 QOS 登録制 21:00 3階 児童室	大麻西地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00	東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 いこい	江別元町地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00 会議室2	厚別 ①17:15~18:15(基本) ②18:15~19:15(応用) 20:00
11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日
審査 錬成どさんこかつぶ 厚別区体育館	休館	北区 18:30~20:30 QOS 登録制 21:00 3階 児童室	大麻西地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00	東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 いこい	江別元町地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00 会議室2	厚別 ①17:15~18:15(基本) ②18:15~19:15(応用) 20:00
11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日
	東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 いこい	北区 18:30~20:30 QOS 登録制 21:00 3階 児童室	大麻西地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00	東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 講義室	江別元町地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00 会議室2	厚別 ①17:15~18:15(基本) ②18:15~19:15(応用) 20:00
11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日
	東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 いこい	北区 18:30~20:30 QOS 登録制 21:00 3階 児童室	大麻西地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00	東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 いこい	江別元町地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00 会議室2	厚別 休日稽古 ①17:15~18:15(基本) ②18:15~19:15(応用) 20:00
11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日
	東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 いこい	北区 18:30~20:30 QOS 登録制 21:00 3階 児童室	大麻西地区センター ①18:15~19:00(基本) ②19:00~19:45(応用) 20:00~20:30(補講) 21:00	東区代行 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(補講) 22:00 いこい	休講	休講

memo

白	太極その1、2・足技太極その1		
橙	太極その3	橙銀	足技太極その2、3
青	平安その1	青銀	平安その2・三戦
黄	平安その3・安三	黄銀	平安その4・突き型の型
緑	平安その5・撃砕その1	緑銀	撃砕その2・鉄騎その1・太極裏
茶	撃砕3・鉄騎その2	茶銀	平安その1~5裏・最破
初段	征速鎮・臥龍・鉄騎その3・抜塞	貳段	十八
参段	観空	四段	五十四歩、転掌
11月2日 (土)老人会演武披露 厚別稽古場			
11月19日 (火)国際交流 北区民センター			