

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) 大麻体育館 江別市大麻中町26-17

北区稽古場(火) 北区民センター内 北区北25条西6丁目1番1号 厚別 代替稽古場 厚別区民センター 厚別区厚別中央1条5丁目3-14
 連絡先 080-3497-3595 (ツカハラ) ✉east sapporo@gmail.com

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7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
12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14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 視聴覚室	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
12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21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
12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28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 ライラック	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	札幌市厚別区民センター ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30演武披露 稽古納め 22:00 和室A
12月29日	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
	休館	休館	休館	休館	休館	休館

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
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	征遠鎮・臥龍・鉄騎その3・抜塞	式段	十八
参段	観空	四段	五十四歩、転掌