

2025年

東区道場(月・木)	東区民センター内 北東会館	東区北11東7 東区北14東8	大麻西道場(水) 江別道場(金)	大麻西地区センター内 江別元町地区センター	江別市大麻沢町26-2 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 大麻体育館	札幌市厚別区厚別中央2条-5-1-20 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	厚別稽古(1/11) 連絡先 080-3497-3595 (ツカハラ) ✉east sapporo@gmail.com	厚別区民センター	厚別区厚別中央1条5丁目3-14

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
12月29日	12月30日 休館	12月31日 休館	1月1日 休館	1月2日 休館	1月3日 休館	1月4日 休館
1月5日	1月6日 休館	1月7日 北区 18:30~20:30 打撃クラスQOS 21:00 3階 児童室	1月8日 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(希望者補講) 21:00	1月9日 東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(希望者補講) 22:00 いこい	1月10日 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(希望者補講) 21:00 会議室2	1月11日 厚別 ①18:15~19:15(基本) ②19:15~20:15(応用) 20:30~(希望者補講) 22:00 厚別区民センター
1月12日 2025新年親睦会 18:00~19:30 ㄨ切 1月10日 味覚園 札駅北口店	1月13日 休館	1月14日 北区 18:30~20:30 打撃クラスQOS 21:00 3階 児童室	1月15日 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(希望者補講) 21:00	1月16日 東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(希望者補講) 22:00 ライラック	1月17日 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(希望者補講) 21:00 会議室2	1月18日 厚別 ①17:15~18:15(基本) ②18:15~19:15(応用) 20:00 森林公園会館
1月19日	1月20日 東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(希望者補講) 22:00 いこい	1月21日 北区 18:30~20:30 打撃クラスQOS 21:00 3階 児童室	1月22日 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(希望者補講) 21:00	1月23日 東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(希望者補講) 22:00 ライラック	1月24日 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(希望者補講) 21:00 会議室2	1月25日 厚別 ①17:15~18:15(基本) ②18:15~19:15(応用) 20:00 森林公園会館
1月26日	1月27日 東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(希望者補講) 22:00 いこい	1月28日 北区 18:30~20:30 打撃クラスQOS 21:00 3階 児童室	1月29日 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(希望者補講) 21:00	1月30日 東区 ①18:15~19:15(基本) ②19:30~20:30(応用) 20:30~(希望者補講) 22:00 いこい	1月31日 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(希望者補講) 21:00 会議室2	2月1日
	2月3日 東区 ①18:15~19:16(基本) ②19:30~20:31(応用) 20:31~(希望者補講) 22:00 いこい	2月4日 北区 18:30~20:30 打撃クラスQOS 21:00 3階 児童室	2月5日 大麻西地区センター ①18:15~19:01(基本) ②19:00~19:46(応用) 20:00~20:31(希望者補講) 21:00	2月6日 東区 ①18:15~19:16(基本) ②19:30~20:31(応用) 20:31~(希望者補講) 22:00 いこい	2月7日	2月8日

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・撃碎その1	緑銀	撃碎その2・鉄騎その1・太極裏
茶	撃碎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
変更	1月11日(土)厚別区民センター一階和室A		