

2025年

東区道場(月・木曜)
厚別区道場(土曜)

打撃パーソナル(火曜)
朝練(土曜)
昼練(日曜)

東区民センター内
森林公園会館内

厚別区民センター

東区北11東7
厚別区厚別北4-4

厚別区厚別中央1条5丁目3-14

大麻西道場(水曜)
江別道場(金曜)

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

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26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月01日 厚別 ①17:15～18:00(基本) ②18:00～18:45(応用) ③19:00～19:30(特練) 20:00
11月02日	11月03日 休講	11月04日 打撃パーソナル	11月05日 大麻西地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00	11月06日 東区 ①18:15～19:30(基本) ②19:30～20:30(応用) ③20:30～21:00(特練) 22:00 いこい	11月07日 江別元町地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00 会議室2	11月08日 厚別 ①17:15～18:00(基本) ②18:00～18:45(応用) ③19:00～19:30(特練) 20:00
11月09日	11月10日 東区 ①18:15～19:30(基本) ②19:30～20:30(応用) ③20:30～21:00(特練) 22:00 いこい	11月11日 打撃パーソナル	11月12日 大麻西地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00	11月13日 東区 ①18:15～19:30(基本) ②19:30～20:30(応用) ③20:30～21:00(特練) 22:00 講義室	11月14日 江別元町地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00 会議室2	11月15日 厚別 ①17:15～18:00(基本) ②18:00～18:45(応用) ③19:00～19:30(特練) 20:00
11月16日	11月17日 東区 ①18:15～19:30(基本) ②19:30～20:30(応用) ③20:30～21:00(特練) 22:00 いこい	11月18日 打撃パーソナル	11月19日 大麻西地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00	11月20日 東区 ①18:15～19:30(基本) ②19:30～20:30(応用) ③20:30～21:00(特練) 22:00 いこい	11月21日 江別元町地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00 会議室2	11月22日 厚別 ①17:15～18:00(基本) ②18:00～18:45(応用) ③19:00～19:30(特練) 20:00
11月23日	11月24日 休講	11月25日 打撃パーソナル	11月26日 大麻西地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00	11月27日 東区 ①18:15～19:30(基本) ②19:30～20:30(応用) ③20:30～21:00(特練) 22:00 講義室	11月28日 江別元町地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00 会議室2	11月29日 厚別 ①17:15～18:00(基本) ②18:00～18:45(応用) ③19:00～19:30(特練) 20:00
11月30日 審査会 厚別区体育館 ①10:00～12:00 ②13:00～15:00 ③16:00～型競技会	12月01日 東区 ①18:15～19:30(基本) ②19:30～20:30(応用) ③20:30～21:00(特練) 22:00 いこい	12月02日	12月03日	12月04日 東区 ①18:15～19:30(基本) ②19:30～20:30(応用) ③20:30～21:00(特練) 22:00 いこい	12月05日 江別元町地区センター ①18:15～19:00(基本) ②19:00～19:45(応用) ③20:00～20:30(特練) 21:00 会議室2	12月06日 厚別 ①17:15～18:00(基本) ②18:00～18:45(応用) ③19:00～19:30(特練) 20:00