

# 横須賀道場スケジュール【令和4年7月～版】

( ) は稽古時間/分

汐入道場	久里浜道場	三崎中武道場	汐入道場	久里浜道場	汐入道場		汐入道場	久里浜道場	汐入道場	久里浜道場
月	月	月	火	火	水	木	金	金	土	土
									初級(50) 10:00~	
									中級(60) 11:00~	中・上級(70) 11:00~
	初級(50) 15:45~		初級(50) 15:45~		初級(50) 15:45~	初級(50) 15:45~		初級(50) 15:45~	上級(70) 12:10~	初・中級(60) 12:20~
初・中級(60) 16:00~	中級(60) 16:45~		中級(60) 16:45~	初・中級(60) 16:00~	中級(60) 16:45~	中級(60) 16:45~	少年(75) 17:15~	中級(60) 16:45~		初級(50) 15:30~
中・上級(70) 17:15~	上級(70) 18:00~		上級(70) 18:00~	中・上級(70) 17:15~	上級(70) 18:00~	上級(70) 18:00~		上級(70) 18:00~		中級(60) 16:30~
									少年試合(90) 17:00~	上級(70) 17:40~
成人(60) 19:30~		合同(90) 19:00~ ミット(30) 20:30~	中学生以上 (90) 19:30~		中学生以上 (90) 19:30~	中高生のみ (90) 19:30~		中学生以上 (90) 19:30~	高校生以上 試合(90) 19:00~	中学生以上 (90) 19:30~

1. 全てのクラスは登録制です。あらかじめ登録されたクラスにご参加ください。
2. 稽古前と終了後に手指の消毒を行います。マスクの着用については行政の指示に従います。
3. 体温チェックを行った上でお越しください(37.5以上の場合は出席できません)
4. 稽古開始5~10分前をめどに道場にお越しください。少年クラスで早すぎる時間に来ても、ご入場いただけない場合があります。
5. ご父母様の見学は幼年を除き、基本にご遠慮ください。
6. 祝日、ゴールデンウィーク、夏休み、冬休みの振替はご遠慮ください。
7. 振替は空きがあれば可能です(振替希望日の当日11:00amまでにお知らせいただき、空きがあった場合は可能です)
8. 月曜「三崎中・合同」少年~大人まで一緒に稽古します。同じく、「ミットクラス」では組手も行います。
9. 木曜「汐入・中高生のみ」サーキットトレ、ミット、組手中心です。(小学6年生参加可)
10. 土曜「汐入・試合クラス」はフルコンタクト大会参加選手向けです。