

大泉教室 稽古時間表 [TEL] 03-3904-9399 ※日曜・祝日は休館です。

月	火	水	木	金	土	日(祝日)
PM4:10~PM9:00	PM6:10~PM8:00	PM6:10~PM8:00	PM3:40~PM9:00	PM4:40~PM9:00	PM3:40~PM9:00	
(光が丘道場・河元)			(大泉教室・河元)		(光が丘道場河元)	日曜・祝日は休館日
初級基本ミットクラス+ アクションスクール(Aクラス) 4:30~5:15			幼年部~少年部 (幼年~小学2年生) 4:00~5:00		幼年部 (幼年部~小学1年生) 4:00~4:50	
少年部 (小学1年生~4年生) 5:15~6:15				(光が丘道場・河元)		
			幼年部~少年部 (小学3年生~中学生) 5:15~6:15	少年部 (小学5年生~中学生) 5:00~6:00	少年部 (小学2年生以上) 5:00~6:00	
	(大泉教室・日高)	(大泉教室・日高)				
一般部クラス (基本・移動・型) 7:00~8:00	幼年部~少年部 (幼年~中学生) 6:30~7:30	幼年部~少年部 (幼年~中学生) 6:30~7:30			一般部クラス (基本・移動・型) 7:00~8:00	
一般部クラス (ミット・スパリング) 8:00~9:00			一般部クラス (基本・移動・型・組手) 7:00~8:30	フリートレーニング 7:15~9:00	一般部クラス (ミット・スパリング) 8:00~9:00	

◆大泉教室だけでなく光が丘道場でも稽古出来ます◆

※現在、大泉教室での保護者の方の見学は出来ませんのでご了承下さい。

※初級ミットクラス(光が丘道場)は選手以外の道場生が参加できます。道着以外の格好(ジャージなど)で参加できます。