

岡澤道場 大船サイクロンジム 2022年4月1日-

	(月)		(火)	(水)		(木)		(金)		(土)		(日)		
	3Fジム	4F道場	3Fジム	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム		
9:00													9:00	
10:00	Open Space 自主トレ		Open Space 自主トレ		10:00 Open		Open Space 自主トレ			ちびっこ武道 10:00-10:45		未小中テコンド- 10:00-11:00	Friendly training	
11:00										キックボクシング	キッククラス 11:00-12:00	試合前 組手+	赤-黒 型クラス	小中 一般 テコンド 10:30-12:00
12:00											ミットレ 12:00-13:30	中高~一般 テコンド- 11:45-13:30		大会など イベント日 休館
13:00					13:00 Close					Open Space		スeshalトレーニング	跆拳道(テコンド-)	
14:00					14:30 Open							小中~一般 合気道 14:00-15:00	日本代表選手 練習会	
15:00					キッククラス 15:00-16:00							一般 合気道 14:00-16:00	個人戦	
16:00							16:30 Open						世界チャンピオン 育成クラス I	
17:00	小中テコンド- 17:00-18:00		18:00 Open		ちびっこ武道 16:30-17:15		未小中テコンド- 17:00-18:00		小中テコンド- 17:00-18:00		ミットレ 16:30-17:15		団体戦	
18:00	小中自主トレ				(未)小中テコンド- 17:00-18:00						中高~一般 テコンド- 17:30-18:30		世界チャンピオン 育成クラス II	
19:00	キックボクシング		キックボクシング		キッククラス 18:30-19:30		小中自主トレ		キッククラス 18:30-19:30		キッククラス 18:30-19:30		(選抜選手のみ)	
20:00	中高~一般 テコンド- 20:00-21:30		レディースキック 19:30-20:30		中高~一般 テコンド- 19:30-20:30		レディースキック 19:30-20:30		合気道 19:00- 小中-				国際大会前毎週 (小・中・高・一般)	
21:00	キックボクシング		キックボクシング		キックボクシング		キックボクシング		中高~一般 テコンド- 19:30-		キックボクシング			
22:00	3Fジム 4F道場		3Fジム		3Fジム 4F道場		3Fジム 4F道場		3Fジム 4F道場		3Fジム 4F道場		3Fジム	
藤沢 3支部			藤沢支部 17-22時 未就学児~一般		辻堂支部 18-22時 小学生~一般						遠藤支部 9-11時 未就学児~一般		参加可	

8月(月)~(木) 朝トレ 休館予定

\* 当分の間、入館時(練習時)のマスク着用を義務づけいたします。体温37度以上、咳や体調不良の方は入室不可です。

見学・体験をご希望の方は、**要予約 0467-46-6869**

\* 当面のところ、(月)~(金) 16:00-18:00 館内 少年部の貸し切り練習といたします。3F & 4F 共に広いスペースですが、子ども・大人のディスタンスにもご協力下さい。手洗い・ウガイ励行いただいております。

\* ちびっこ = 4才- ・ 未 = 未就学児 5才- ・ 小 = 小学生 ・ 中 = 中学生 ・ 高 = 高校生 ・ 一般 = 社会人 ・ レディース = 女性 ・ キッククラス = 13才- ・ Open Space = 18才- \* HP [月間予定表](#)ご覧ください