

岡澤道場 大船本部☆サイクロンジム 2018年5月-

	(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	
10:00										9:30 Open			10:00 Open
11:00				10:30 Open						キッククラス 10:00-11:00	未-小5 テコンド 10:00-11:00	Open Space	10:00
12:00				キッククラス 11:00-12:00						ちびっこ武道 11:15-12:00	試合前 組手	小-一般テコンド 10:30-11:30	11:00
13:00	プロクラス 試合前 随時 (選手のみ)			一般中高テコンド 12:00-13:00							小5-中 テコンド 11:30-12:30	大会の日 休館	12:00
14:00				Open Space ジムトレーニング						テコンド- 選手クラス (小中)	一般 + 中高生 テコンド-	12:00 Close	13:00
15:00				14:30 Close						テコンド- 選手クラス (一般+中高)	未小中 合気道 14:00-15:00	日本代表選手 練習会	14:00
16:00										指導育成	一般 合気道 15:00-16:00	国際大会前毎週 個人戦・団体戦	15:00
17:00	16:30 Open	16:30 Open	16:30 Open	16:30 Open	16:30 Open	16:30 Open	16:30 Open	16:30 Open	16:30 Open			世界チャンピオン 育成クラス (日本代表のみ)	16:00
18:00	Open Space ジムトレーニング	未小中テコンド- 17:00-18:00	Open Space ジムトレーニング	Open Space ジムトレーニング	未小中テコンド- 17:00-18:00	Open Space ジムトレーニング	未小中テコンド- 17:00-18:00	Open Space ジムトレーニング	未小中テコンド- 17:00-18:00	Open Space ジムトレーニング	Open Space ジムトレーニング		17:00
19:00	キッククラス 18:30-19:30	中学生 -18:30 選手クラス-19:00		キッククラス 18:30-19:30				キッククラス 18:30-19:30					18:00
20:00	キックボクシング ミット&ジムトレ		レディースキック 19:30-20:30	キックボクシング ミット&ジムトレ		レディースキック 19:30-20:30	未小中~一般 合気道 19:00-20:30						19:00
21:00	一般中高テコンド 20:30-21:30		キックボクシング ミット&ジムトレ	一般中高テコンド 20:30-21:30		キックボクシング ミット&ジムトレ	一般 + 中高生 テコンド-	キックボクシング ミット&ジムトレ					20:00
22:00			キックボクシング 選手練習			キックボクシング 選手練習	20:30-22:00				キックボクシング 選手練習		21:00
	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close	22:30 Close		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	
藤沢支部			藤沢 17-22時 キッズ~一般	辻堂 18-22時 キッズ~一般						遠藤 9-11時 キッズ~一般			参加可

* オープン(営業)時間内：見学はご自由に来場下さい。 * 入会ご希望の方：無料 体験練習を承ります。『(月)(火)(木)(土)(日)全ての時間、(水)(金)キッククラス』 要予約 **0467-46-6869**
 * キックボクシング：スタッフと共にミット・スパー・ジム練習(サンドバッグ・マシンジム)等 お楽しみ下さい。 * Open Space：スタッフのもと ご自由にお好きな練習(サンドバッグ・マシンジム)をお楽しみ頂けます。
 * ちびっこ = 3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 - 選手クラス = 自由参加 ・ プロ&日本代表 = 選抜選手のみ