

特別稽古時間割(令和3年1月14日～)

◆緊急事態宣言の再発令に伴う、20時までに全クラスを終了する「特別稽古時間割」となります。

※姫路道場は施設都合により休館となっております。姫路辻井道場のクラスを増設しておりますのでそちらのご利用をお願い致します。ご不便をお掛けして大変申し訳ありませんが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

※各教室(姫路白浜・宝塚)は所属会員のみご利用可能。稽古時間割はWEBにてご確認ください。(時間変更は無し)

《少年部の参加区分について》

少年部は年齢と帯色の2種類でクラス分けをしております。

【年齢分け】キッズ=小2以下/ジュニア=小3以上 【帯色分け】初級=白・オレンジ帯/中上級=青帯以上

引き続き、稽古参加前の検温・健康観察・マスク着用にご協力ください。また、少年部は稽古開始10分前より入館可となっておりますので、保護者様は時間の確認をお願い致します。

道場	曜日	時間	対象	クラス名	担当者
明石本部	月	19:00-20:00	一般部(オレンジ帯～)	フィジカルアップ	松林
	火	16:40-17:40	少年部	キッズ&ジュニア	山田
		17:50-18:50		選手	
		19:00-20:00		アドバンス	
	木	16:40-17:40	少年部	初級	山田
		17:50-18:50		中・上級	
		19:00-20:00		ベーシック	
	金	19:00-20:00	少年部&一般部	ミックス	金森
	土	16:30-17:20	少年部	キッズ	大橋(伊)
		17:40-18:40	少年部&一般部	ミックス	
19:00-20:00		一般部	スタンダード	兼光	

加古川	火	18:10-19:00	少年部	キッズ&ジュニア	田村
		19:10-20:00	一般部	スタンダード	
	金	19:00-20:00	少年部&一般部	ミックス	大橋(右)

姫路辻井	月	16:40-17:40	少年部	キッズ&ジュニア	長野
		17:50-18:50		選手	
		19:00-20:00		スタンダード	
	火	16:40-17:30	少年部	キッズ	長野
		17:50-18:50		ジュニア	
		19:00-20:00		スタンダード	
	水	16:40-17:40	少年部	初級	長野
		17:50-18:50		中・上級	
		19:00-20:00		アドバンス	
	木	18:30-19:30	少年部&一般部	型・スタンダード(注)	長野(麻)
	金	17:00-18:00	少年部	キッズ&ジュニア	井寄
		18:15-19:30	少年部&一般部 (スペースを分けて実施)	選手	
		19:00-20:00		型・アドバンス(注)	
	土	16:30-17:20	少年部	キッズ	長野(麻)
		17:40-18:40	少年部&一般部	ミックス	長野
19:00-20:00		一般部	スタンダード		

(注)型・スタンダードクラスは10級(オレンジ帯銀線なし)以上、アドバンスクラスは7級(青帯銀線あり)以上が対象

長田	水	18:00-19:00	少年部	キッズ&ジュニア	山田/金森
		19:10-20:00	一般部	アドバンス	
	土	18:00-19:00	少年部&一般部	ミックス	松林
		19:10-20:00	一般部	スタンダード	

尼崎	月	16:40-17:40	少年部	キッズ&ジュニア	山田
		17:50-18:50		選手	
		19:00-20:00		アドバンス	
	水	17:30-18:45	少年部	キッズ&ジュニア	濱野
		19:00-20:00	一般部	スタンダード	兼光
	金	16:40-17:40	少年部	初級	山田/長野
		17:50-18:50		中・上級	
19:00-20:00		少年部&一般部		ミックス	