

【品川道場】

夏期特別クラス編成：7月12日、19日、26日、8月2日、9日、16日
★木ゼネラル⇒夏期特別クラス編成となります。(20:00～21:00の1クラスのみ開催)
★木キッズ～ジュニア⇒通常スケジュールで開催

◆7月

Calendar for July at Hinokawa Dojo. Days 1-7, 8-14, 15-21, 22-28, 29-31. Includes notes for 7/9-15 and 7/27-30.

◆8月

夏期特別クラス編成：7月12日、19日、26日、8月2日、9日、16日 ※7月スケジュール上部を参照

Calendar for August at Hinokawa Dojo. Days 1-4, 5-11, 12-18, 19-25, 26-31. Includes notes for 8/22-30.

※夏期休講期間：8/22(水)～8/30(木)

◆9月

9月15日(土) 通常稽古：休講(ミット・組手強化稽古日として麻布十番道場にて開催)
◇第一部 9:00～10:00 幼年～小4 (対象：大会出場選手)
◇第二部 10:15～11:45 小4黄帯～中学生 (対象：大会出場選手)
◇第三部 12:00～13:00 中学生～ゼネラル (対象：第三部は選手などの規定なし)

Calendar for September at Hinokawa Dojo. Days 1-8, 9-15, 16-22, 23-29. Includes notes for 9/28-10/1.

【麻布十番道場】

◆7月

Calendar for July at Mafu-Juho Dojo. Days 1-7, 8-14, 15-21, 22-28, 29-31. Includes notes for 7/9-15 and 7/27-30.

◆8月

Calendar for August at Mafu-Juho Dojo. Days 1-4, 5-11, 12-18, 19-25, 26-31. Includes notes for 8/22-30.

※夏期休講期間：8/22(水)～8/30(木)

◆9月

9月15日(土) 通常稽古：休講(ミット・組手強化稽古日として麻布十番道場にて開催)
◇第一部 9:00～10:00 幼年～小4 (対象：大会出場選手)
◇第二部 10:15～11:45 小4黄帯～中学生 (対象：大会出場選手)
◇第三部 12:00～13:00 中学生～ゼネラル (対象：第三部は選手などの規定なし)

Calendar for September at Mafu-Juho Dojo. Days 1-8, 9-15, 16-22, 23-29. Includes notes for 9/28-10/1.

6月後半

Summary calendar for the second half of June at Hinokawa Dojo. Days 24-30.

6月後半

Summary calendar for the second half of June at Mafu-Juho Dojo. Days 24-30.

## ■品川港南口道場 ※GY:ゼネラルユース(支部ユース登録者)、GH:中学生(支部ユース未登録者)

| 曜日 | 時間          | クラス                          |
|----|-------------|------------------------------|
| 月  | 16:00-16:50 | キッズ                          |
|    | 17:00-17:50 | ジュニア(白～青:組手なし)               |
|    | 18:00-18:50 | ジュニア(青～黄帯)                   |
|    | 19:00-20:00 | GY&ジュニア(黄帯以上)&GH             |
| 木  | 16:00-16:50 | キッズ                          |
|    | 17:00-17:50 | ジュニア(白～オレンジ帯)                |
|    | 18:00-18:50 | ジュニア(青帯以上)                   |
|    | 19:00-19:50 | GY&ジュニア(黄帯以上)&GH             |
|    | 20:00-21:00 | ゼネラル&GY&GH                   |
|    | 21:10-21:40 | ゼネラルプラス30 & GH               |
| 土  | 14:40-15:40 | ゼネラル&GY&GH                   |
|    | 15:50-16:40 | キッズ                          |
|    | 16:50-17:40 | ジュニア(白～オレンジ帯)                |
|    | 17:50-18:40 | ジュニア(青帯以上)                   |
|    | 18:50-19:40 | GY&ジュニア(黄帯以上)&GH             |
|    | 19:40-20:10 | GY&ジュニア 競技(黄帯以上選抜)<br>※開催不定期 |

## ■マルチレッスン

| 月2回 | 毎月調整 | Karaty ママ<br>※参加登録制 |
|-----|------|---------------------|
|     |      |                     |

## ■プライベートレッスン

| 応相談 | プライベート 基本・移動・型・技術<br>※個別申込(別途費用/1h～受付) |
|-----|--|
| 不定期 | ゼネラルグループレッスン<br>※参加許可制                 |

## ※2018年4月1日(日)施行

- ※1 「GY」とはゼネラルユース(中学生・高校生の競技選手:支部ユースコース登録者)※親御様の見学はできません。
- ※2 「GH」とはゼネラルホープ(中学生:支部ユースコース未登録者)
- ※3 「ジュニア(白～オレンジ)」は原則小学生が対象です。但し、年長の県大会以上選手であれば参加を検討しますので指導員までご相談下さい。※但し、ジュニアがメインのクラスです。
- ※4 品川の月曜日「ジュニア(黄帯以上)」は小学生の黄帯以上のみ参加可能です。指定帯以下は参加不可です。例外はありません。
- ※5 麻布の火曜日「ジュニア(黄帯以上)」は原則小学生の黄帯以上のみ参加可能です。小学生(高学年)の青帯(線有)でも全関東選手権・全国選手権の優勝者選手は応相談。但し、麻布十番道場の会員がメインです。
- ※6 木曜日・土曜日「GY&ジュニア(黄帯以上)」は原則小学生の黄帯以上のみ参加可能です。小学生(高学年)の青帯(線有)でも全関東選手権・全国選手権の優勝者選手は応相談。但し、品川道場の会員がメインです。黄帯以上がメインのクラスの為、小学生の青帯(8級以下)、低学年の青帯(7級)と幼年は参加不可です。
- ※7 土曜日「GY&ジュニア競技(黄帯以上選抜)」は毎回開催のクラスではなく原則不定期開催です。師範・先生のスケジュールが空きが出た場合に開催されるクラスです。小学生の黄帯以上会員で、且つ指導員側から声掛け、師範が許可を出した上級の選抜メンバーとします。
- ※8 水曜日「ゼネラル&GY “型&シェイプ”」は、基本的にはサポーターを使わない、型や基礎を作りこむじっくりクラスです。基礎を見直したいゼネラル会員は級・段位を問わず各クラスへ参加可能です。
- ※9 水曜日「キッズバレット」は幼年の年少、年中がメインのクラスです。年長白帯は応相談。空手の要素で身体を動かしながら色々な事にチャレンジする事をテーマに枠にとられないクラス進行となります。
- ※10 水曜日「GY競技(中学生以上支部ユース登録者)」は支部ユースクラスに登録している選手のみ参加可能です。例外はありません。
- ※11 木曜日「ゼネラルプラス30&GH」はスパーリングやミットが中心の中級ショートクラスです。中級(青帯)相当～の参加が基本です。
- ※12 土曜日「ゼネラルプラス&GY」は、中級クラスです。初級から中級へステップアップしたい方。級・段位を問わず参加可能です。
- ※13 「Karaty ママ」はメンバー登録制で、ゆっくりとストレッチ・基礎等時間をかけて体を動かしてリフレッシュする女性だけの月2回開催クラスです。
- ※14 「ゼネラルグループレッスン」はサポーター会員向けの参加許可制で、通常稽古よりゆっくりじっくり稽古を進めていくクラスです。
- ※15 個別申込で受付を行います。原則マンツーマンのクラスです。1時間～受付となります。申込一支部事務局 谷口先生(tokoyabayminato@gmail.com)までお問い合わせください。

## ■麻布十番道場 ※GY:ゼネラルユース(支部ユース登録者)、GH:中学生(支部ユース未登録者)

| 曜日 | 時間          | クラス                           |
|----|-------------|-------------------------------|
| 火  | 16:00-16:50 | キッズ                           |
|    | 17:00-18:00 | ジュニア                          |
|    | 18:10-19:00 | ジュニア(黄帯以上)                    |
|    | 19:15-20:15 | ゼネラル&GY&GH                    |
|    | 20:30-21:30 | ゼネラル・アドバンス                    |
| 水  | 15:35-16:25 | キッズバレット(年少・年中:白帯)             |
|    | 16:30-17:10 | ジュニア選手“ミット&組手40”              |
|    | 17:20-18:20 | GY競技(中学生以上支部ユース登録者)           |
|    | 18:25-19:25 | ジュニア&GY 競技 型(茶帯以上)            |
|    | 19:30-20:30 | ゼネラル&GY&GH “型&シェイプ”<br>(白～黄帯) |
|    | 20:40-21:40 | ゼネラル&GY “型&シェイプ”<br>(黄色線有～黒帯) |
| 金  | 16:00-16:50 | キッズ                           |
|    | 17:00-17:50 | ジュニア(白～オレンジ帯)                 |
|    | 18:00-19:00 | ジュニア(青帯以上)                    |
|    | 21:30-22:30 | ゼネラル                          |
| 土  | 9:00-9:50   | キッズ                           |
|    | 10:00-10:50 | ジュニア                          |
|    | 11:00-12:00 | ゼネラル&GY&GH                    |
|    | 12:15-13:15 | ゼネラルプラス&GY                    |