

原則見学はできません - 継続中 -

※幼年・小学生・中学生・高校生は1日1コマの参加をお願いします。(連続参加不可)
 ※政府・東京都・港区からの発表などにより、スケジュールが急遽変更となる場合がございます。

・ご自宅出発前に、37°以下であることをご確認ください。(平熱が高い・低い等あればお知らせください)
 ・体調不良(咳・痰・その他症状)がある場合は、稽古へ参加できません。(途中で判明した場合、熱が出てなくても帰宅となります)
 ・同居する方で体調不良(咳・痰・その他症状)がある場合、生徒本人が元気でいても、稽古参加はお控えください。
 ・感染症陽性、濃厚接触などが判明した場合は、必ず支部事務局谷口先生までご連絡ください。※他会員さまへ感染個人情報は開示しません。

【品川道場】

【麻布十番道場】

◆4月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

※GW休講：4/30(土)～5/5(木)

◆4月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

※GW休講：4/30(土)～5/5(木)

◆5月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

※28日世田谷練成

◆5月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

※28日世田谷練成

◆6月

日	Sat
	4
	11
	18
	25

6月 スケジュール確定次第 更新

【品川】土曜日のクラス編成を行います。
※ジュニアクラスのご参加がとて増えています。
このため、クラスを分割して開講することとなりました。

5月7日(土)より適用となります！
該当クラスをお間違えないようご注意ください。

※引き続き通路での見学は不可です m()m。
共用(通路)となりますので、ご理解をお願いします。

変更前(4月まで)

時間	クラス
14:40~15:40	ゼネラル & GY & GH
15:50~16:40	キッズ
16:50~17:50	ジュニア
18:00~18:50	GH & ジュニア選手(県大会以上の上級選手 & 黄帯以上) & 小6候補選手
19:00~20:30	GY競技(登録者)

変更後(5月から)

時間	クラス
14:40~15:40	ゼネラル & GY & GH
15:50~16:40	キッズ
16:45~17:30	ジュニア(白~オレンジ帯)
17:40~18:25	ジュニア(青~茶)
18:30~19:20	GH & ジュニア選手(県大会以上の上級選手 & 黄帯以上) & 小6候補選手
19:30~21:00	GY競技(登録者)

【週間稽古スケジュール】※クラス編成2022/5~適用

■品川港南口道場 ※GYゼネラル(支部ユース登録者)、GH中高大生(支部ユース登録者)

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~茶) & GH (+オレンジ線ありの次期青 & 全国選抜選手クラスUP)
	19:00~20:00	GY競技(登録者) & GH選手
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~茶) (+オレンジ線ありの次期青 & 全国選抜選手クラスUP)
	19:00~19:50	GY & ジュニア選手(県大会以上の上級選手 & 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選手
土	14:40~15:40	ゼネラル & GY & GH
	15:50~16:40	キッズ
	16:45~17:30	ジュニア(白~オレンジ帯)
	17:40~18:25	ジュニア(青~茶)
	18:30~19:20	GH & ジュニア選手(県大会以上の上級選手 & 黄帯以上) & 小6候補選手
19:30~21:00	GY競技(登録者)	

■マルチレッスン

月1~2回	毎月調整	Karate ママ/ゆるカラ ※参加費別
-------	------	-------------------------

■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 ※参加申込(別途費用/1h~受け)
-----	--

■旗布十番道場 ※GYゼネラル(支部ユース登録者)、GH中高大生(支部ユース登録者)

曜日	時間	クラス
火	15:30~16:10	キッズ40"
	16:20~17:00	ジュニア(白~オレンジ) "40"
	17:10~17:50	ジュニア(青~) "40"
	18:00~19:00	GY & ジュニア選手(県大会以上の上級選手 & 黄帯以上) & GH
	19:15~20:15	ゼネラル・GH
	20:30~21:30	ゼネラル帯研(黒帯シニアアドバンス+全国選手権大会以上)
水	16:20~17:00	ジュニア選手(県大会以上) "ミット & 組手40"
	17:15~18:45	GY競技(登録者)
	19:00~19:45	ゼネラル & GH "型 & シェイブ" (初中級:白~黄帯)
	19:50~20:35	ゼネラル & GH "型 & シェイブ" (中上級:緑~黒帯)
	20:45~21:30	シニアゼネラルアドバンス "型 & シェイブ" (上級 & 全国大会選手:黒帯相当選手)
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~茶)
	21:30~22:30	シニアゼネラルリート ※月1~2回開講
土	8:30~9:10	キッズ(白)
	9:20~10:00	キッズ(オレンジ、年長:白クラスUP※基礎卒業後) & ジュニア(小1~2;白~オレンジ帯) & ジュニア(小2青、小3~6合同)
	10:10~11:00	(+小2オレンジ線ありクラスUP※初中級基礎卒業後)
	11:15~12:15	ゼネラル & GY & GH
12:25~13:25	ゼネラルプラス & GY & GH (青帯相当以上)	

※2022年5月7日(土)施行

※全クラス見学はできません。廊下などでもお待ちいただくことができませんので、送り迎えのみのご来場にご協力をお願いします。

※キッズ・ジュニア・GH・GYの稽古への参加は原則1日1クラスのみです。

※1 「GY」とはゼネラルユース(中学生・高校生・大学生がメイン競技選手:支部ユース登録者)

※2 「GH」とはゼネラルホープ(中学生・高校生が支部ユース登録者)。「GH選手」とは同じく中学生の支部ユース以外で大会出場をしている選手が対象です。

※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(上級)以上選手で入賞実績等により参加を検討します。※但し、ジュニアがメインのクラスです。

※4 「GY & ジュニア選手(県大会以上の上級選手 & 黄帯以上) & GHの「ジュニア」は原則小学生の県大会以上の上級選手 & 黄帯以上のみ参加可能です。小学生(高学年)の青帯(緑帯)でも全関東選手権・全国選手権の優勝者選手は応相談。
黄帯以上がメインのクラスのため、原則小学生の青帯(8級・7級)以下と幼年は参加不可です。

※5 水曜日「ジュニア選手ミット & 組手40"」は非常に難しい通常とは指導方針が異なるクラスです。参加には指導員の許可が必要です。

※6 水曜日「ゼネラル & GY "型 & シェイブ"」は型や基礎を作りこむじっくりクラス(サポーター不要)です。基礎を見直したいゼネラル会員は各該当クラスへ参加可能ですが、初心者は基本動作(基本・移動)を習得してから参加可能です。

※7 月曜日・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。
尚、特例として小学生の上級者で全国大会優勝・準優勝、ブロック大会優勝等、複数の実績がある場合はグレードアップ(土曜日のみ)登録が可能です。

※8 「シニアゼネラル」は原則30歳以上の大人となります。※アドバンスなど指定がある場合は、その基準が加わります。※その他の競技選手は積極的に「ゼネラルプラス」へ参加してください。

※9 「ゼネラルプラス」「ゼネラルプラス30」はスパarringやミットが中心の中級ショートクラスです。中級(青帯)相当への参加が基準です。師範までお問合せください。

※10 全曜日「シニアゼネラルリート」は月2回ペースとしたクラスとなります。その月の状況により月1回となる場合がございます。

※11 「Karate 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。

※12 「ゆるカラ」はメンバー登録制で、怪我等で通常クラスへの参加が難しい方向けのクラスです。ゆっくりとストレッチ・基礎・型等へ時間かけて体を動かす月1~2回開催クラスです。

※13 「ゼネラルグループ」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。

※14 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。担当:谷口先生。1時間~受付となります。申込:支部事務局 谷口先生(tokuyobayminato@gmail.com)までお問い合わせください。