

	日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	
			1 大安	2 赤口	3 先勝	4 反引	5 先負	
カテゴリ			幼児 16:00~17:10 小学生 17:10~18:45 中学生女子・小学生レギュラー 18:45~20:20 中学生(栗田谷中) 18:00~20:30	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児 16:00~17:10 小学生(2階練習組) 17:10~18:30 小学生 17:10~19:00 中学生(栗田谷中) 18:00~20:30	小学生(1年~3年) 9:00~10:30 小学生(4年~6年) 10:30~12:00 幼児 12:00~13:30 中学生 13:30~15:00	カテゴリ
その他			練習時間注意			練習時間注意		その他
	6 仏滅	7 大安	8 赤口	9 先勝	10 反引	11 先負	12 仏滅	
カテゴリ	小学生(1年~3年) 10:00~12:00 小学生(4年~6年) 12:00~14:00 幼児 休み 中学生 休み	幼児 16:00~17:10 小学生 17:10~18:30 中学生 18:30~20:00	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児 休み 小学生(1年~3年) 16:00~17:10 小学生(4年~6年) 17:10~18:30 中学生 17:10~19:00 中学生(栗田谷中) 18:30~20:00	幼児 16:00~17:10 小学生(2階練習組) 17:10~18:30 小学生 17:10~19:00 中学生(栗田谷中) 18:00~20:30 親子柔道教室 20:00~21:00	小学生(1年~3年) 16:00~17:10 小学生(1年~5年) 17:10~18:40 中学生・小学6年 18:40~20:10	カテゴリ
その他	練習時間注意	寝技中心	練習時間注意		回転運動・打込中心	練習時間注意	練習時間注意	その他
	13 大安	14 赤口	15 先勝	16 反引	17 先負	18 仏滅	19 大安	
カテゴリ	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児 16:00~17:10 小学生 17:10~18:30 中学生 18:30~20:00	幼児 16:00~17:10 小学生(2階練習組) 17:10~18:30 小学生 17:10~19:00 中学生(栗田谷中) 18:00~20:30	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児 休み 小学生(1年~3年) 16:00~17:10 小学生(4年~6年) 17:10~18:30 中学生 17:10~19:00 中学生(栗田谷中) 18:30~20:00	幼児 16:00~17:10 小学生(2階練習組) 17:10~18:30 小学生 17:10~19:00 中学生(栗田谷中) 18:00~20:30	小学生(1年~3年) 9:00~10:30 小学生(4年~6年) 10:30~12:00 幼児 12:00~13:30 中学生女子 14:00~16:00 白鷺女子高校合同練習	カテゴリ
その他		寝技中心	練習時間注意		ストレッチ・打込中心	練習時間注意	練習時間注意	その他
	20 赤口	21 先勝	22 反引	23 先負	24 大安	25 赤口	26 先勝	
カテゴリ	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児 16:00~17:10 小学生 17:10~18:30 中学生 18:30~20:00	幼児 16:00~17:10 小学生 17:10~18:45 中学生女子・小学生レギュラー 18:45~20:20 中学生(栗田谷中) 18:00~20:30	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児 休み 小学生(1年~3年) 16:00~17:10 小学生(4年~6年)中学1年 17:10~18:45 中学生(2年~3年) 19:00~20:30 英語の時間 中学生(2年・3年) 17:30~18:45 小学6年・中学1年 19:00~20:00	幼児 16:00~17:10 小学生(2階練習組) 17:10~18:30 小学生 17:10~19:00 中学生(栗田谷中) 18:00~20:30 親子柔道教室 20:00~21:00	小学生(1年~3年) 9:00~10:30 小学生(4年~6年) 10:30~12:00 幼児 12:00~13:30 中学生 13:30~15:00	カテゴリ
その他	ひのまるキッズ 関東小学生柔道大会	寝技中心	練習時間注意	勤労感謝の日		練習時間注意		その他
	27 反引	28 先負	29 仏滅	30 大安	<b>2022年 12月の主な予定</b> ・3日~4日 グランドスラム東京(東京体育館) ・18日 文武両道杯全国高等学校柔道大会(講道館)			
カテゴリ	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み	幼児(座学) 16:00~17:10 小学生(座学) 17:10~18:30 中学生(座学) 18:30~20:00	幼児 16:00~17:10 小学生(2階練習組) 17:10~18:30 小学生 17:10~19:00 中学生(栗田谷中) 18:00~20:30	幼児 休み 小学生 休み 中学生 休み				柔道着あり

## お知らせコーナー

- ・3日(木・祝) 日神杯横浜市柔道選手権は、県立武道館にて行われます。詳細は、後日ご連絡致します。
- ・20日(日) ひのまるキッズ関東小学生柔道大会は、横須賀アリーナにて行われます。詳細は、後日ご連絡致します。

- ※中学生の部：栗田谷中学校の練習について  
注意事項：直接栗田谷に行く人 = 17:30より前に学校付近、校内への立ち入りは厳禁です。  
：道場から行く人 = 17:30に道場を出発致します。遅れない様にお願い致します。

### 《練習における注意事項》

- ・稽古の前に検温を行います。体温が37℃を超えている方は、稽古に参加せずお帰りのお願いいたします。
- ・道場に到着したらまず手指消毒をお願い致します。
- ・完全入れ替え制となりますので、時間厳守をお願い致します。練習開始20分~10分前に2階道場集合と致します。
- ・道場では、水分補給以外の飲食はご遠慮ください。
- ・マスク着用で練習を行います。(練習時のマスク着用は任意と致します。)

### 《保護者・親子柔道教室について》

- ・練習に参加される際は、動きやすい服装でご参加下さい。
- ・保護者様のみのご参加でも構いません。
- ・初心者大歓迎です。お待ちしております。

練習時間が変更になる場合がございます。予定表での確認の他に、朝飛道場ホームページでの確認も宜しくお願い致します。

朝飛道場 検索

右のQRコードを読み込んで頂ければこちらからも道場ホームページにアクセスできます。

