

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
1 先負	2 小減	3 小安	4 小赤	5 小勝	6 小引	7 先負
休み	休み	休み	休み	休み	16:00~17:10	小学生(1年~3年) 9:00~10:30
休み	休み	休み	休み	13:00~14:30	17:10~19:00	小学生(4年~6年) 10:30~12:00
休み	休み	休み	休み	14:30~16:00	18:50~20:30	小学生(4年~6年) 12:00~13:30
				16:00~18:00		中学生 13:30~15:00
				稽古始め		
				回転運動・打込中心		
元旦	振替休日			練習時間注意	練習時間注意	
8 小減	9 小安	10 小赤	11 小勝	12 小引	13 先負	14 小減
休み	10:00~12:00	16:00~17:10	休み	休み	16:00~17:10	休み
休み	13:00~14:30	17:10~19:00	休み	16:00~17:10	17:10~19:00	休み
休み	14:30~16:00	18:50~20:30	休み	17:10~18:45	18:50~20:30	休み
	16:00~17:10			18:45~20:00	20:00~21:00	
					親子柔道教室	
				ストレッチ・打込中心		神奈川県柔道選手権大会 回転運動中心
	練習時間注意	練習時間注意		練習時間注意	練習時間注意	
15 小安	16 小赤	17 小勝	18 小引	19 先負	20 小減	21 小安
休み	16:00~17:10	16:00~17:10	休み	休み	16:00~17:10	小学生(1年~3年) 9:00~10:30
休み	17:10~18:40	17:10~19:00	休み	16:00~17:10	17:10~19:00	小学生(4年~6年) 10:30~12:00
休み	18:40~20:00	18:50~20:30	休み	17:10~18:45	18:50~20:30	小学生(4年~6年) 12:00~13:30
				18:45~20:00		中学生 13:30~15:00
全国高等学校柔道選手権大会 神奈川県予選	寝技中心			回転運動・打込中心		回転運動中心
		練習時間注意		練習時間注意	練習時間注意	
22 先勝	23 小引	24 先負	25 小減	26 小安	27 小赤	28 先勝
休み	16:00~17:10	16:00~17:10	休み	休み	16:00~17:10	9:00~10:30
休み	17:10~18:40	17:10~19:00	休み	16:00~17:10	17:10~19:00	10:30~12:00
休み	18:40~20:00	18:50~20:30	休み	17:10~18:45	18:50~20:30	12:00~13:30
				18:45~20:00	20:00~21:00	13:30~15:00
神奈川県中学校柔道大会 男子・女子個人戦 全国高等学校柔道選手権大会 神奈川県予選	寝技中心			ストレッチ・打込中心		合同練習会 川口市柔道連盟来館 12:00~14:30 合同練習会 白鷺女子高校来館 15:00~17:30
		練習時間注意		練習時間注意	練習時間注意	練習時間注意
29 小引	30 先負	31 小減	<p>2023年 2月の主な予定</p> <p>・19日 全日本柔道シニア体重別選手権大会 (大阪府・大浜体育館)</p>			
休み	16:00~17:10	16:00~17:10				
休み	17:10~18:40	17:10~19:00				
休み	18:40~20:00	18:50~20:30				
神奈川県中学校柔道大会 男子・女子団体戦 全国高等学校柔道選手権大会 神奈川県予選	寝技中心					
		練習時間注意				

お知らせコーナー

・22日(日)、29日(日) 神奈川県中学校柔道大会は、横須賀アリーナにて行われます。

※中学生の部：栗田谷中学校の練習にJUT

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いただくこととなります。
- ・道場に到着したらまず手指消毒をお願いします。
- ・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にてのご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。

