

**【葛西道場時間割】 道場生は葛西道場&南砂町道場両方の道場で稽古ができます。**

クラスNO	月	火	水	木	金	土	日
クラス 1						幼児クラス 9:00～9:50	ファミリークラス 幼児～低学年 初級クラス 9:00～9:50
クラス 2						ファミリークラス 小学生～大人 初級クラス 9:50～10:50	ファミリークラス 小学生～大人 初級クラス 9:50～10:50
クラス 3						ファミリークラス 中級クラス 10:50～11:50	ファミリークラス 中級クラス 10:50～11:50
クラス 4						ファミリークラス 上級クラス 11:50～1:00	ファミリークラス 上級クラス 11:50～1:00
クラス 5	幼児運動 げんきクラス 4:00～4:50		幼児クラス 4:00～4:50		幼児クラス 4:00～4:50	試合・大会前 試合練習	試合・大会前 試合練習
クラス 6	親子& 小学1・2年生 小学生白帯 4:50～5:50	親子& 小学1・2年生 小学生白帯 4:50～5:50	親子& 小学1・2年生 小学生白帯 4:50～5:50		親子& 小学1・2年生 小学生白帯 4:50～5:50		
クラス 7	親子& 小学2年生～ 6年生クラス 5:50～6:50	幼児クラス 5:50～6:40	親子& 小学2年生～ 6年生クラス 5:50～6:50	幼児クラス 6:00～6:50	親子& 小学2年生～ 6年生クラス 5:50～6:50		
クラス 8	小学3年生 ～中高生・ 大人クラス 6:50～7:50	小学生～ 中高生/大人合同 試合練習 6:40～7:50	小学3年生 ～中高生・ 大人クラス 6:50～7:50	親子& 小学生～大人 初級クラス 6:50～7:50	小学3年生 ～中高生・ 大人クラス 6:50～8:00		
クラス 9		初心者 大人・女子 壮年クラス 7:50～9:10		大人・女子 壮年クラス 7:50～9:10			

## 【南砂町道場 時間割】

月	火	水	木	金	土	日
		幼児～小学3年 ファミリー 初級クラス 5:00～6:00			幼児～小学3年 ファミリー 初級クラス 2:30～3:30	
		小学4年生～ ファミリークラス 6:00～7:00			小学4年生～ ファミリークラス 3:30～4:30	
自主 トレーニング		初心者及び 壮年・女子 社会人クラス 7:00～8:00			初心者及び 壮年・女子 社会人クラス 7:30～8:30	

- ・クラスは自由参加です。週に何回（毎日）参加しても月謝は変わりません。
- ・親子で稽古されている親御さんはどのクラスも親子で参加できます。（クラス内容に納得の上）
- ・ファミリークラスは大人子供合同クラスの名称です。ご家族・親子以外の方のみならずご参加いただけます。
- ・南砂町道場・葛西道場両方の道場で自由に稽古できます。出席・お休みの連絡も必要ありません。
- ・祝日の葛西道場は日曜日または土曜日の時間割で稽古をしております。  
道場 WEB 予定表ページまたは道場ブログ「からてっこブログ」からご確認ください。

<時間割表のクラス色は、およそのレベルごとに色分けしております。>

**黄→白→青&紫→緑&橙** の順でレベルが上がると考えていただいて大丈夫です。

※帯色ではありません。

☆自身のレベル・学年に合わせて無理なくご参加ください。（クラスの背伸びはしないでください）

- ・参加クラスが分からない場合は先生にご相談下さい。
- ・上級クラス参加の人は前のクラスから連続参加できます。  
上級クラス以外の方も集中力が続く場合は例外的に連続参加できる場合もあります。
- ・葛西道場の稽古はすべてオンラインからも参加できます。（オンライン&道場稽古両方で参加できる）

☆クラスは自由参加です。週に何回参加しても月謝は変わりません。葛西道場・南砂町道場両方で稽古できます。