

3月 塩田合気道 スケジュール

※審査月のため 審査稽古となります。 審査期間 (3/23~3/29) 審査受付は3/15~

※合気道学校修了テストは3/23、そのまま時間内に修了式を行います

日曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27 28	29	30	31	1月島・山根 (10:00~11:30)
<p>※3/20は春分の日のためお休みです</p> <p>< イベントのお知らせ ></p> <p>※30日は恒例のお花見会です！ 実行委員 ボランティア 募集中です！（詳細後日）</p>					<p>10:40~11:30(ゆ・後藤)</p> <p>11:40~12:40 (入・後藤)</p> <p>12:40~13:10(自由稽古)</p> <p>13:10~14:10(一) ※茶帯以上</p> <p>14:20~15:20(YC・判治)</p>
2	3 4	5	6	7	8月島・山根 (10:00~11:30)
<p>9:00~10:00(合気道学校・中級35)</p> <p>10:10~11:10(Y・C)</p> <p>11:20~12:10(入・三原)</p> <p>12:20~13:20 (基)</p> <p>13:40~14:40(究め)</p>	<p>13:00~14:00(ゆ)</p> <p>14:00~14:30(自由稽古)</p> <p>16:00~16:50(Y・C1)</p> <p>16:50~17:40(C2)</p> <p>18:30~19:30(入)</p> <p>19:30~20:00(自由稽古)</p>	<p>※金澤先生のランニング教室 15:20~16:10</p> <p>18:30~19:30 (入・後藤)</p> <p>20:00~21:00 (合気道学校・中級36・後藤)</p>	<p>13:00~14:00(一)</p> <p>14:00~14:30(自由稽古)</p> <p>16:00~16:50(Y・C1)</p> <p>16:50~17:40(C2)</p> <p>18:30~19:30(一)※初段以上の技</p> <p>19:30~20:00(自由稽古)</p>	<p>18:30~19:30 (ゆ・宮坂)</p>	<p>10:40~11:30(ゆ・後藤)</p> <p>11:40~12:40 (入・後藤)</p> <p>12:40~13:10(自由稽古)</p> <p>13:10~14:10(一) ※茶帯以上</p> <p>14:20~15:20(YC・判治)</p>
9	10 11	12	13	14	15月島・山根 (10:00~11:30)
<p>9:00~10:00(合気道学校・中級37・藤井)</p> <p>10:10~11:10(Y・C)</p> <p>11:20~12:10(入)</p> <p>12:20~13:20 (基)</p> <p>13:40~14:40(究め)</p>	<p>13:00~14:00(ゆ)</p> <p>14:00~14:30(自由稽古)</p> <p>16:00~16:50(Y・C1)</p> <p>16:50~17:40(C2)</p> <p>18:30~19:30(入)</p> <p>19:30~20:00(自由稽古)</p>	<p>※金澤先生のランニング教室 15:20~16:10</p> <p>18:30~19:30 (入・後藤)</p> <p>20:00~21:00 (合気道学校・中級38・後藤)</p>	<p>13:00~14:00(一)</p> <p>14:00~14:30(自由稽古)</p> <p>16:00~16:50(Y・C1)</p> <p>16:50~17:40(C2)</p> <p>18:30~19:30(一)※初段以上の技</p> <p>19:30~20:00(自由稽古)</p>	<p>18:30~19:30 (ゆ・濱)</p>	<p>10:40~11:30(ゆ・後藤)</p> <p>11:40~12:40 (入・後藤)</p> <p>12:40~13:10(自由稽古)</p> <p>13:10~14:10(一) ※茶帯以上</p> <p>14:20~15:20(YC・判治)</p>
16月島・岩本 (10:00~11:30)	17 18	19	20	21	22月島・岩本 (10:00~11:30)
<p>9:00~10:00(合気道学校・中級39・藤井)</p> <p>10:10~11:10(Y・C)</p> <p>11:20~12:10(入・三原)</p> <p>12:20~13:20 (基)</p> <p>13:40~14:40(究め)</p>	<p>13:00~14:00(ゆ)</p> <p>14:00~14:30(自由稽古)</p> <p>16:00~16:50(Y・C1)</p> <p>16:50~17:40(C2)</p> <p>18:30~19:30(入)</p> <p>19:30~20:00(自由稽古)</p>	<p>※金澤先生のランニング教室 15:20~16:10</p> <p>18:30~19:30 (入・後藤)</p>	<p>春分の日のためお休み</p>	<p>18:30~19:30 (ゆ・岩本)</p>	<p>10:40~11:30(ゆ・後藤)</p> <p>11:40~12:40 (入・後藤)</p> <p>12:40~13:10(自由稽古)</p> <p>13:10~14:10(一) ※茶帯以上</p> <p>14:20~15:20(YC・判治)</p>
23	24 25	26	27	28	29
<p>9:00~10:00(合気道学校・中級修了テスト)</p> <p>10:10~11:10(Y・C)</p> <p>11:20~12:10(入・三原)</p> <p>12:20~13:20 (基)</p> <p>13:40~14:40(究め)</p>	<p>13:00~14:00(ゆ)</p> <p>14:00~14:30(自由稽古)</p> <p>16:00~16:50(Y・C1)</p> <p>16:50~17:40(C2)</p> <p>18:30~19:30(入)</p> <p>19:30~20:00(自由稽古)</p>	<p>※金澤先生のランニング教室 15:20~16:10</p> <p>18:30~19:30 (入・梶原)</p>	<p>13:00~14:00(一)</p> <p>14:00~14:30(自由稽古)</p> <p>16:00~16:50(Y・C1)</p> <p>16:50~17:40(C2)</p> <p>18:30~19:30(一)※初段以上の技</p> <p>19:30~20:00(自由稽古)</p>	<p>18:30~19:30 (ゆ・宮坂)</p>	<p>10:40~11:30(ゆ)</p> <p>11:40~12:40 (入)</p> <p>12:40~13:10(自由稽古)</p> <p>13:10~14:10(一) ※茶帯以上</p> <p>14:20~15:20(YC・判治)</p>

【クラス担当】・・・記載無しは塩田道場長

* 主なクラスと稽古内容は裏面

主なクラスと稽古内容

クラス名	対象	稽古内容
ゆっくりクラス (ゆ)	女性・シニア・親子オール	基本動作中心にゆっくりとした動きを学びます (受け身はほとんどありません)
入門クラス (入)	女性・シニア・白帯・親子オール	基本動作・受け身の取り方・基本の技を学びます
基本クラス (基)	中学生以上～・親子オール	基本的な動きや技のポイントを学びます
一般クラス (一)	中学生以上～・親子オール	基本動作・基本技・応用技など総合的に学びます
"まさ"先生の究めクラス (究め)	中学生以上～・親子オール 受け身の取れる方	合気道に必要な心と身体を作ります。 簡単な動きを頭で覚えるのではなく、体で覚えるまで繰り返し行います。主に 1級以上の応用技を行います。 (*まさ先生がお休みの時はなしです)
幼年部・親子クラス (Y)	小学生未満の幼児、その親 一般クラス	大きな声を出して遊びも取り入れながら、 礼儀作法・基本動作など楽しく学びます
少年部低学年・親子クラス (C1)	小学生1～3年生 または無級～6級までと その親、一般クラスの大人	基本動作・基本技・応用技など遊びも取り入れながら 総合的に楽しく学びます
少年部高学年・親子クラス (C2)	小学生4年生～中高生、 または5級以上とその親、 一般クラスの大人	基本動作・基本技・応用技など遊びも取り入れながら 総合的に楽しく学びます

