

# 3月 塩田合気道 スケジュール

- ・ 審査月となります。審査期間3/25～
- ・ 月島開催日：3/7, 8, 21, 28
- ・ 3/20は祝日のためお休みです

- ・ 合気道学校開催日：3/1, 4, 8, 11, 15, 29（最終審査日+修了式）
- ・ 3/28はまさ先生不在となります（指導者変更あります）

日曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7 月島・山根 (10:00～11:30)</b>					
9:30～10:30(合気道学校・中級35・岩本) 10:40～11:40(Y・C・入) 11:50～12:50(基) 13:10～14:10(究め)		13:00～14:00(ゆ～基) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(入) 19:30～20:00(自由稽古)		13:00～14:00(ゆ～) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(一)※形稽古究め 19:30～20:00(自由稽古)		18:30～19:30 (入・山名) 20:00～21:00 (合気道学校・中級36・山名)		18:30～19:30 (ゆ・判治)		10:00～10:50 (ゆ・山名) 11:00～11:50 (基・山名) 12:00～13:00 (形稽古) 13:10～14:10 (一) ※茶帯以上 14:20～15:20 (YC・ゆ・判治)	
<b>8 月島・判治 (10:00～11:30)</b>		<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>				
9:30～10:30(合気道学校・中級37・藤井) 10:40～11:40(Y・C・入) 11:50～12:50(基) 13:10～14:10(究め)			13:00～14:00(ゆ～基) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(入) 19:30～20:00(自由稽古)		13:00～14:00(ゆ～) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(一)※形稽古究め 19:30～20:00(自由稽古)		18:30～19:30 (入・山名) 20:00～21:00 (合気道学校・中級38・山名)		18:30～19:30 (ゆ・宮坂)		10:00～10:50 (ゆ・岩本) 11:00～11:50 (基・岩本) 12:00～13:00 (形稽古) 13:10～14:10 (一) ※茶帯以上 14:20～15:20 (YC・ゆ)
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21 月島・山根 (10:00～11:30)</b>					
9:30～10:30(合気道学校・中級39・岩本) 10:40～11:40(Y・C・入) 11:50～12:50(基) 13:10～14:10(究め)		13:00～14:00(ゆ～基) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(入) 19:30～20:00(自由稽古)		13:00～14:00(ゆ～) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(一)※形稽古究め 19:30～20:00(自由稽古)		18:30～19:30 (入・判治)		春分の日 のためお休み			10:00～10:50 (ゆ・藤井) 11:00～11:50 (基・藤井) 12:00～13:00 (形稽古) 13:10～14:10 (一) ※茶帯以上 14:20～15:20 (YC・ゆ・判治)
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28 月島・山根 (10:00～11:30)</b>					
10:40～11:40(Y・C・入) 11:50～12:50(基) 13:10～14:10(究め)		13:00～14:00(ゆ～基) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(入) 19:30～20:00(自由稽古)		13:00～14:00(ゆ～) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(一)※形稽古究め 19:30～20:00(自由稽古)		18:30～19:30 (入・判治)		18:30～19:30 (ゆ・嶋田)		10:00～10:50 (ゆ・山名) 11:00～11:50 (基・山名) 12:00～13:00 (形稽古・山名) 13:10～14:10 (一・山名) 14:20～15:20 (YC・ゆ・判治)	
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>									
9:30～10:30 (合気道学校・最終審査+修了式) 10:40～11:40(Y・C・入) 11:50～12:50(基) 13:10～14:10(究め)		13:00～14:00(ゆ～基) 14:00～14:30(自由稽古) 16:00～16:50(Y・C1) 16:50～17:40(C2) 18:30～19:30(入) 19:30～20:00(自由稽古)									

【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

クラス名	参加目安	稽古内容
ゆっくりクラス (ゆ)	無級～6級	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)	無級～4級	基本動作・受け身の取り方・基本の技を学びます (主に立ち技メインです。技の解説多めです)
基本クラス (基)	5級～	基本的な動きや技のポイントを学びます。技を繰り返し体で覚えるクラスです。 (座り技・投げ技含む)
一般クラス (一)	3級～	基本動作・基本技・応用技など総合的に学びます (座り技・投げ技含む) ※目安：3級以上の技
形稽古クラス	5級～	形をひたすら繰り返すクラスです。 (形稽古クラスは主に4級までの技・形究めクラスは主に3級以上の技)
形究めクラス	3級～	
"まさ"先生の究めクラス (究め)	初段以上	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 (自由技) を行います。
幼年部・親子クラス (Y)	小学生未満の幼児、その親	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3年生まで、または 無級～6級までとその親	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	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

