

＜稽古スケジュール＞

(火)		(水)		(木)		(金)		(土)		(日)		
大道場	小道場	大道場	小道場	大道場	小道場	大道場	小道場	大道場	小道場	大道場	小道場	
		7:00~8:00				7:00~8:00						
		一般コース	基本コース			一般コース	基本コース					
		内川師範代				大越師範代						
		8:30~9:30				8:30~9:30		8:30~9:30				
		国際専修生				国際専修生		国際専修生				
		一般コース				一般コース		一般コース				
		内川師範代				栃谷指導員		内川師範代				
									10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	
									一般コース	基本コース	基本コース	
									清水師範代		乗木道場長	
										11:15~12:15		
										少年部 親子コース		
										栃谷指導員		
14:00~15:00		14:00~15:00		14:00~15:00		14:00~15:00			13:00~14:00	13:00~14:00		
入門コース		入門コース		入門コース		入門コース			一般コース	基本コース	基本コース	
内川師範代		嶋原指導員		乗木道場長		乗木道場長			清水師範代		内川師範代	
									14:30~15:30			
									少年部 親子コース			
									嶋原指導員			
17:00~18:00		17:00~18:00		17:00~18:00		17:00~18:00		16:00~17:00	16:00~17:00			
少年部 親子コース		少年部 親子コース		少年部 親子コース		少年部 親子コース		一般コース	基本コース			
嶋原指導員		内川師範代		嶋原指導員		清水師範代		乗木道場長		清水師範代		
18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20					
一般コース	基本コース	一般コース	基本コース	一般コース	基本コース	一般コース	基本コース					
清水師範代	嶋原指導員	清水師範代	乗木道場長	大越師範代	内川師範代	清水師範代	乗木道場長					
19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30					
一般コース	基本コース	一般コース	基本コース	一般コース	基本コース	一般コース	基本コース					
清水師範代	嶋原指導員	乗木道場長	嶋原指導員	大越師範代	内川師範代	乗木道場長	清水師範代					

<Training Schedule>

Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday		Sunday	
Big Dojo	Small Dojo	Big Dojo	Small Dojo	Big Dojo	Small Dojo	Big Dojo	Small Dojo	Big Dojo	Small Dojo	Big Dojo	Small Dojo
		7:00~8:00				7:00~8:00					
		General Class	Basic class			General Class	Basic Class				
		Uchikawa Shihandai				Ookoshi Shihandai					
		8:30~9:30				8:30~9:30		8:30~9:30			
		International Senshusei Class				International Senshusei Class		International Senshusei Class			
		General Class				General Class		General Class			
		Uchikawa Shihandai				Tochitani Shidoi		Uchikawa Shihandai			
									10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00
									General Class	General Class	Basic Class
									Basic Class		
									Shimizu Shihandai	Noriki Dojocho	Shimizu Shihandai
										11:15~12:15	
										Children Class family Class	
										Tochitani Shidoi	
14:00~15:00		14:00~15:00		14:00~15:00		14:00~15:00		13:00~14:00		13:00~14:00	
nyumon Class		nyumon Class		nyumon Class		nyumon Class		General Class		General Class	Basic Class
Uchikawa Shihandai		Shigihara Shidoi		Noriki Dojocho		Noriki Dojocho		Basic Class		Uchikawa Shihandai	
								Shimizu Shihandai			
								14:30~15:30			
								Children Class family Class			
								Shigihara Shidoi			
17:00~18:00		17:00~18:00		17:00~18:00		17:00~18:00		16:00~17:00	16:00~17:00		
Children Class family Class		Children Class family Class		Children Class family Class		Children Class family Class		General Class	Basic Class		
Shigihara Shidoi		Uchikawa Shihandai		Shigihara Shidoi		Shimizu Shihandai		Noriki Dojocho	Shimizu Shihandai		
18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20	18:20~19:20				
General Class	Basic Class	General Class	Basic Class	General Class	Basic Class	General Class	Basic Class				
Shimizu Shihandai	Shigihara Shidoi	Shimizu Shihandai	Noriki Dojocho	Ookoshi Shihandai	Uchikawa Shihandai	Shimizu Shihandai	Noriki Dojocho				
19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30	19:30~20:30				
General Class	Basic Class	General Class	Basic Class	General Class	Basic Class	General Class	Basic Class				
Shimizu Shihandai	Shigihara Shidoi	Noriki Dojocho	Shigihara Shidoi	Ookoshi Shihandai	Uchikawa Shihandai	Noriki Dojocho	Shimizu Shihandai				