

本当の強さはやさしさです  
 空手道は呼吸・姿勢・歩き方が大事！  
 今年も共にがんばりましょう！

2024年1月

月	火	水	木	金	土	日
1	2 休	3	4	5 休	6	7
8	9	10	11	12 休	13	14
15	16 休	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6 休	7	8	9	10	11
12	13 休	14	15	16 休	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

【 稽古時間 】

- 少年部 18:00~19:00
- 一般部 20:00~21:00
- 選手部 21:00~22:00

※12月24日(火)~2024年1月5日(金) 冬休み

火・金のみ 21時まで中学生以上は自主稽古可 小学生以下は保護者付き添いがあれば道場使用可

※12月31日 20:00~1月1日 20:00、1月2日~5日 8:00~20:00 は研修道場周辺道路は交通規制があり、車では通行できません。