

# 新横浜道場時間割 【令和元年6月～】

	月	火	水	木	金	土	日
10:00						10:00～11:00 少年部 (勝山)	休館日
11:00							
12:00						11:30～13:00 一般部 (相澤)	
13:00							
14:00							
15:00					15:15～16:00 幼年 (八木沼)		
16:00			16:00～17:00 少年初級 (八木沼)	16:00～16:45 幼年 (八木沼)		15:30～16:45 一般部 (上田)	
17:00	16:30～17:30 少年初級 (八木沼)	16:30～17:30 少年セミコンタクト (上田)			16:30～17:30 少年 (上田)		
18:00			17:15～18:00 少年型 (八木沼)	17:00～18:30 少年初級 (上田)		17:00～20:00 選手稽古 (上田・遠藤)	
19:00	17:45～19:00 少年 (八木沼)	17:45～19:00 少年試合 (八木沼)	18:15～19:15 少年試合 (八木沼)		17:45～19:00 少年基礎体力 (上田)		
20:00				19:00～20:30 セミコンタクト (上田)	19:30～20:30 一般初級 (八木沼)		
21:00	19:30～21:00 一般 (八木沼)	19:30～20:30 一般初級 (八木沼)	19:30～21:00 一般試合 (遠藤)				
22:00		21:00～23:00 選手稽古 (高橋)		21:30～23:00 一般・壮年 (尾藤・強矢)	21:30～23:00 一般・壮年 (小泉)		
23:00	21:30～23:00 一般・壮年 (酒井)						

※会館行事がある場合、稽古はお休みとなります。

※祝日は稽古は休みとなります。

※中学生以上の会員は同フロアのスポーツジムもご利用いただけます。