

岡澤道場 大船サイクロンジム 2020年1月～

	(月)		(火)	(水)		(木)		(金)		(土)		(日)	
	3Fジム	4F道場	3Fジム	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム	
9:00													9:00
10:00	Open Space  (月)～(木) 朝トレ 8月 Close		Open Space  (月)～(木) 朝トレ 8月 Close			10:00 Open	Open Space  (月)～(木) 朝トレ 8月 Close			キックボクシング	未-小6 テコンド 10:00-11:00	Open Space 小～一般テコンド 10:30-	10:00
11:00						キッククラス 10:00-				試合前 組手			11:00
12:00						ちびっこ武道 11:15-				一般 + 中高生 テコンド 11:30-13:00			大会など イベント日 Close
13:00						13:00 Close				小学生トレ 終了自由			13:00
14:00										中高～一般 組手/体カトル	型トレーニング	跆拳道(テコンド)	14:00
15:00										指導育成	未小中 合気道 14:00-	日本代表選手 練習会	15:00
16:00											一般 合気道 15:00-	個人戦 世界チャンピオン 育成クラス I	16:00
17:00	キックボクシング テコンド	未小中テコンド 17:00-	18:00 Open	キックボクシング テコンド	未小中テコンド 17:00-	キックボクシング テコンド	未小中テコンド 17:00-	キックボクシング テコンド	未小中テコンド 17:00-	キックボクシング テコンド	キックボクシング テコンド	団体戦	17:00
18:00		小中トレ 終了自由					小中トレ 終了自由					世界チャンピオン 育成クラス II	18:00
19:00	一般テコンド 18:30-		キックボクシング テコンド	キッククラス 18:30-			小中～一般 合気道 19:00-	キッククラス 18:30-		キッククラス 18:30-		(日本代表のみ)	19:00
20:00	キッククラス 19:30-		レディースキック 19:30-	一般テコンド 19:30-		レディースキック 19:30-	一般 + 中高生 テコンド 20:00-21:30	一般テコンド 19:30-				国際大会前毎週 (小・中・高・一般)	20:00
21:00							組手/体カトル						21:00
22:00			一般テコンド										22:00
	3Fジム	4F道場	3Fジム	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム	4F道場	3Fジム	
藤沢 3支部			藤沢支部 17-22時 小学生～一般	辻堂支部 18-22時 小学生～一般						遠藤支部 9-11時 小学生～一般			参加可

\* オープン(営業)時間内：見学はご自由に来場下さい。 \* 入会ご希望の方：無料 体験練習を承ります。『(月)(火)(木)(土)(日)全ての時間、(水)(金)キッククラス』 要予約 [0467-46-6869](tel:0467-46-6869)  
 \* キックボクシング：スタッフと共に ミット・スパーク・ジム練習(サンドバッグ・マシンジム)等 お楽しみ下さい(テコンドも出来ます)。 \* Open Space：スタッフのもとご自由に練習をお楽しみ下さい(テコンド・キック)。  
 \* ちびっこ = 4才・ 未 = 未就学児 5才・ 小 = 小学生・ 中 = 中学生・ 高 = 高校生・ 一般 = 社会人・ レディース = 女性・ キッククラス = 10才 \* スケジュール『ホームページより月間予定表もご覧下さい』