

岡澤道場 大船サイクロンジム 2024年3月1日-

	(月)		(火)	(水)		(木)		(金)		(土)		(日)		
	3Fジム	4F	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 自主トレ		Open Space 自主トレ	Open Space 自主トレ		Open Space 自主トレ				ちびっこ武道 10:00-10:45	未小中テコンド- 10:00-11:00	Open Space	10:00	
11:00										キッククラス 11:00-12:00	試合前 組手+	赤-黒 上級クラス	小中 一般 テコンド 10:30-12:00	11:00
12:00										キックボクシング		中高~一般 テコンド- 12:00-13:30	大会など イベント日 休館	12:00
13:00				13:00 Close								Open Space	跆拳道(テコンド-)	13:00
14:00												スペシャルトレーニング	日本代表選手 練習会	14:00
15:00				15:45 Open								小中~一般 合気道 14:00-15:00	個人戦	15:00
16:00						16:30 Open						一般 合気道 14:00-16:00	世界チャンピオン 育成クラス I	16:00
17:00	小中テコンド- 17:00-18:00		18:00 Open	ちびっこ武道 16:15-17:00		(未)小中テコンド- 17:00-18:00		未小中テコンド- 17:00-18:00		小中テコンド- 17:00-18:00			団体戦	17:00
18:00	小中自主トレ with Coach		キックボクシング	キックボクシング		キックボクシング		小中自主トレ with Coach		キックボクシング		キックボクシング 祝日17:00-休館	世界チャンピオン 育成クラス II	18:00
19:00	キックボクシング		キックボクシング	キッククラス 18:30-19:30		キックボクシング		キックボクシング		キッククラス 18:30-19:30		キッククラス 18:30-19:30	(選抜選手のみ)	19:00
20:00	レディースミット 20:00-45		レディースキック 19:30-20:30	中高~一般 テコンド- 20:00-21:00		レディースキック 19:30-20:30		合気道 19:00- 小中-		中高~一般 テコンド- 19:30-		キックボクシング	国際大会前毎週 (小・中・高・一般)	20:00
21:00	中~一般 テコンド 20:00- 21:30		キックボクシング	キックボクシング		キックボクシング		中高~一般 テコンド- 19:30-21:00		キックボクシング		20:30 Close		21:00
22:00	3Fジム		3Fジム	3Fジム		3Fジム		3Fジム		3Fジム		3Fジム		22:00
藤沢 3支部			藤沢支部 17-22時 未就学児~一般	辻堂支部 18-22時 小学生~一般						遠藤支部 9-11時 未就学児~一般			参加可	

* 体温37度以上、咳や体調不良の方は入室不可です。

見学・体験をご希望の方は、**要予約 0467-46-6869**

* 当面のところ、(月)~(金)16:00-18:00 館内 少年部の貸し切り練習といたします。3F & 4F 共に広いスペースですが、子ども・大人のディスタンスにもご協力下さい。手洗い・ウガイ励行いただいております。

* 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 = 13才 - Open Space = 18才 - * HP [月間予定表](#)ご覧下さい