国際空手道連盟　極真会館
釘嶋道場　横浜西支部

作成日：2025/04/23

稽古日程表

連絡事項：　稽古場所の振替が発生している場合があります。スケジュールに気を付けてください。

4月（2025年）

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
						★場所注意★ 旭スポーツセンター　研修室 11：00～12：45
14	15	16	17	18	19	20
						★場所注意★ 旭スポーツセンター　研修室 11：00～12：45
21	22	23	24	25	26	27
						★場所注意★ 旭スポーツセンター　研修室 11：00～12：45
28	29	30				

5月（2025年）

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
						★場所注意★ 旭スポーツセンター　研修室 11：00～12：45
5	6	7	8	9	10	11
						★場所注意★ 旭スポーツセンター　研修室 11：00～12：45
12	13	14	15	16	17	18
						★場所注意★ 旭スポーツセンター　研修室 11：00～12：45
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

【周知・連絡】

①忘れ物注意！！（自分の持ち物は、なるべく名前を書きましょう。）

②稽古開始前でも、一旦道場に入ったら、
道場を走り回ったり、大声ではしゃいだりしない！！
また、道場の出入り時も必ず挨拶しているか確認し、
挨拶していないようであれば、お互い、挨拶するように促しましょう。

③施設予約状況により、日時・場所の変更がある場合があります。事前に日程表を確認しましょう。

【連絡先】

携帯番号：070-1404-7738（ヤマシタ）
E-mail　：yamashita@kugishimadojo.com
URL　　：http://www.kugishimadojo.com/（横浜・東京江東支部）
　　http://www.kyokushin-iko.com/（本部）

稽古場所：瀬谷スポーツセンター／　旭スポーツセンター
（第3体育室・研修室）／（第3体育室・研修室）

※第３：第３体育室
　研：研修室