

# ■2023年 週間スケジュール

2023.4/1～

	月	火	水	木	第1 第3 金	第2 第4 金	土
	中町 西部生涯スポーツセンター	二名 二名公民館	郡山 小泉出屋敷スポーツ会館	北生駒道場	北生駒道場		北生駒道場
PM 4:00							幼年部 4:00～5:00
5:00							※園児・小1は4:50迄
6:00		幼年・年少部 5:10～6:10	幼年・年少部 5:40～6:40	幼年部 5:10～6:10			年少部 5:30～6:30
7:00	幼年・年少部 6:00～7:00	<b>【選手育成】</b> (Jr.育成&一般フリー) 6:20～7:20	一般部 (中学生～) 7:00～8:10	※園児・小1は6:00迄 年少部 6:30～7:30		<b>【選手育成】</b> Jr.組手 6:40～7:40 (小学生) 育成生	一般部 (中学生～) 7:00～8:10
8:00	一般部 (中学生～) 7:10～8:20			一般部 (中学生～) 8:00～9:10		一般部組手 8:00～9:00 (中学生～) フリー生	
9:00					<b>【女子・シニア】</b> 女性& 40歳～男性 8:30～9:20		2023年4月～