

曜日 月日	日 6月2日	月 6月3日	火 6月4日	水 6月5日	木 6月6日	金 6月7日	土 6月8日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)	<p>■熱中症対策について■</p> <p>宮崎公民館講堂:必ずお茶等の水分の持参をお願いします。 また、体調の悪い方は無理せず稽古をお休みして下さい。</p> <p>宮崎小学校体育館:必ずお茶等の水分の持参をお願いします。 また、体調の悪い方は無理せず稽古をお休みして下さい。</p>					
AM 10:40~11:40	宮崎小学校体育館 二部 紫帯以上稽古						
PM② 17:30~18:50							
PM③ 19:00~20:30							お休み
月日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)						
AM 10:40~11:40	宮崎小学校体育館 二部 紫帯以上稽古						
PM② 17:30~18:50							お休み
PM③ 19:00~20:30							
月日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日
AM 9:30~10:30	お休み						
AM 10:40~11:40							
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古
月日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日
AM 9:30~10:30	お休み						
AM 10:40~11:40							
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古

曜日	日	月	火	水	木	金	土
月日	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)						
AM 10:40~11:40	宮崎小学校体育館 二部 紫帯以上稽古						
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古
月日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日	7月12日	7月13日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)						
AM 10:40~11:40	宮崎小学校体育館 二部 紫帯以上稽古						
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古
月日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 東京都ジュニア選手権大会 向け調整稽古 9:30~11:30 (9:15集合)	東京都ジュニア 選手権大会					
AM 10:40~11:40							
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古
月日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日	7月27日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 合同稽古 9:30~11:30 (9:15集合)						
AM 10:40~11:40							
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古

曜日	日	月	火	水	木	金	土
月日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日	8月3日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)						
AM 10:40~11:40	宮崎小学校体育館 二部 紫帯以上稽古						
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古
月日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日	8月10日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)						
AM 10:40~11:40	宮崎小学校体育館 二部 紫帯以上稽古						
PM② 17:30~18:50							お休み
PM③ 19:00~20:30							
月日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日	
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)						
AM 10:40~11:40	宮崎小学校体育館 二部 紫帯以上稽古						
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古
月日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 合同稽古 9:30~11:30 (9:15集合)						
AM 10:40~11:40							
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古
月日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日
AM 9:30~10:30	宮崎小学校体育館 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)						
AM 10:40~11:40	宮崎小学校体育館 二部 紫帯以上稽古						
PM② 17:30~18:50							宮崎公民館講堂 一部 初心者・初級者稽古 (青帯まで)
PM③ 19:00~20:30							宮崎公民館講堂 二部 紫帯以上稽古