

2023年稽古時間(4月から)

| | 凜心館道場 | | | 静岡教室 | | | 磐田教室 | | | 沼津教室 | | | オンライン稽古 | | |
|---|----------------|-------------|--------|----------------|-------------|------|--------|-------------|------|-----------|-------------|------|---------|-------------|------|
| | クラス | 時間 | 指導担当 | クラス | 時間 | 指導担当 | クラス | 時間 | 指導担当 | クラス | 時間 | 指導担当 | クラス | 時間 | 指導担当 |
| 月 | | | | | | | 子どもクラス | 17:10-18:00 | 大崎健一 | | | | | | |
| | | | | | | | 大人クラス | 19:00-20:30 | 〃 | | | | | | |
| 火 | | | | 子どもクラス | 17:00-17:50 | 大崎健一 | | | | | | | | | |
| | | | | 子ども(レベルアップ)クラス | 18:00-18:30 | 〃 | | | | | | | | | |
| | | | | 大人クラス | 19:00-20:30 | 〃 | | | | | | | | | |
| 水 | 大人クラス | 19:00-20:30 | 久保田 | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| 木 | | | | 子どもクラス | 17:00-17:50 | 大崎健一 | | | | | | | | | |
| | | | | 子ども(レベルアップ)クラス | 18:00-18:30 | 〃 | | | | | | | | | |
| | | | | 大人クラス | 19:00-20:30 | 〃 | | | | | | | | | |
| 金 | 気のクラス(第1週) | 9:30-11:00 | 健一・かおる | | | | | | | | | | | | |
| | 子どもクラス | 17:00-17:50 | 大崎健一 | | | | | | | | | | | | |
| | 子ども(レベルアップ)クラス | 18:00-18:30 | 〃 | | | | | | | | | | | | |
| | 大人クラス | 19:00-20:30 | 〃 | | | | | | | | | | | | |
| 土 | 子ども・親子クラス | 15:30-16:30 | 大崎健太 | 気のクラス(第4週) | 14:00-15:30 | 大崎健一 | | | | 子ども・親子クラス | 9:10-10:10 | 大崎健太 | 朝稽古 | 8:00-8:20 | 大崎健一 |
| | 大人クラス | 17:30-19:00 | 〃 | | | | | | | 合同クラス | 10:20-11:40 | 〃 | | | |
| 日 | 子どもクラス | 15:30-16:20 | 大崎健一 | 子ども・親子クラス | 9:00-10:00 | 大崎健太 | | | | | | | 朝稽古 | 8:00-8:20 | 大崎健一 |
| | 子ども(レベルアップ)クラス | 16:30-17:00 | 〃 | 大人クラス | 10:15-11:45 | 〃 | | | | | | | 大人 | 10:15-11:45 | 大崎健太 |
| | 大人クラス | 17:30-19:00 | 〃 | | | | | | | | | | | | |

※クラスは上記表の通りで、各曜日4回実施します。(祝日、年末年始、お盆休みの重なる時期や行事等で月の稽古日が月3回になることもあります。)

※原則、第5週目はお休みです。(場合によりますので、月ごとの稽古予定で確認してください。)

※台風・地震等の災害、その他、稽古を実施できないと判断した場合は、稽古が休みになることがあります。