

指導種目と時程

指導種目	指導曜日	指導時間	会場
柔道	毎週火・木・土曜日	午後6時～8時30分	柔道場 (1F)
剣道	毎週火・木曜日	午後6時～8時30分	剣道場 (3F)
なぎなた	毎週月・火・土曜日	月 午後6時～8時30分	剣道場 (3F)
		火 午後2時～4時30分	剣道場 (3F)
		土 午後2時～4時30分	剣道場 (3F)
合気道	毎週火・土曜日	午後6時～8時30分	柔道場 (1F)
空手道	毎週月・土曜日	午後6時～8時30分	月 柔道場 (1F)
		午後6時～8時30分	土 剣道場 (3F)
少林寺拳法	毎週木・土曜日	午後6時～8時30分	木 柔道場 (1F)
		午後6時～8時30分	土 剣道場 (3F)
女性剣道	毎週火曜日	午前10時～12時30分	剣道場 (3F)
体力作りヨガ	毎週月曜日	午後1時15分～2時30分	柔道場 (1F)