

令和5年度古賀道場稽古時間割



道場訓 つよく やさしく やさしく つよく
 教え合い、与え合い、空手と語学で世界に雄飛！

令和5年10月より

月	火	水	木	金	土
		キッズクラス 16:00~16:50		キッズクラス 16:00~16:50	レギュラークラス 基礎トレーニング 基本稽古 形稽古 14:00~15:20 形・組手稽古 15:30~16:20
レギュラークラス 基礎トレーニング 基本稽古 形稽古 17:30~18:50	レギュラークラス 基礎トレーニング 基本稽古 形稽古 17:30~18:50	レギュラークラス 基礎トレーニング 基本稽古 形稽古 17:30~18:50	レギュラークラス 基礎トレーニング 基本稽古 形稽古 17:30~18:50	レギュラークラス 基礎トレーニング 基本稽古 形稽古 17:30~18:50	和道流クラス 黒帯育成クラス 16:30~18:00
形・組手稽古 19:00~19:50	形・組手稽古 19:00~19:50	形・組手稽古 19:00~19:50	形・組手稽古 19:00~19:50	形・組手稽古 19:00~19:50	
	和道流クラス 黒帯育成クラス 20:00~21:30		和道流クラス 黒帯育成クラス 20:00~21:30	組手部 20:00~21:00	

キッズクラス	内容 初級者用の基本、基本組手など 対象 幼児～小学2年生くらいまで。白帯～赤帯程度まで。
レギュラークラス	内容 昇段・昇級審査を目指した基本稽古・形稽古。基礎的な体力作りのトレーニングなど 対象 幼児～大人
形・組手稽古	内容 更に形を練習するクラス。組手基本。打ち込み。自由組手など練習するクラス。 対象 幼児～大人 もっと形を練習したい人・組手練習をしたい人
和道流クラス 黒帯育成クラス	内容 昇段審査を目指した更に踏み込んだ基本、形、基本組手稽古。 対象 中学生～大人の生徒。小学生は紫帯から参加 中学生、紫帯以上は黒帯取得を目指しできるだけ参加しましょう！
組手部	大人が組手を楽しむための組手部 ※中学生以上は参加可