

【岐阜テコンドークラブ タイムスケジュール】

曜日	日		月	火	水	木	金	土				
場所	岐阜・市橋コミュニティセンター		岐阜本部道場	岐阜本部道場	岐阜本部道場	市橋コミュニティセンター	岐阜本部道場	岐阜本部道場	市橋コミュニティセンター	岐阜本部道場	大垣 三城地区センター	
時間	大集会室	スポーツ室										
9:00	ジュニアクラス ジュニアハイクラス	キッズクラス 9:00~10:15										
10:00	9:00~11:00	一般クラス 10:30~12:15										
11:00		自主練習 12:15~13:00										
12:00												
13:00									学生クラス 14:00~17:00 月2回			
17:00											クラス1 17:00~18:30	
18:00			キッズクラス 18:00~19:00		キッズクラス 17:30~18:30		キッズクラス 17:30~18:30					
19:00			ジュニアクラス ジュニアハイクラス 19:00~20:00		ジュニアクラス 18:30~19:30	ジュニアハイクラス 18:30~20:00	ジュニアクラス 18:30~19:30	ジュニアハイクラス 18:30~20:00			クラス2 18:30~20:00	
20:00			自主練習 20:00~22:00	自主練習 19:00~22:00	一般クラス 19:45~21:15	自主練習 20:00~21:00	自主練習 19:00~22:00	一般クラス 19:45~21:15	自主練習 20:00~21:00		自主練習 20:00~21:00	
21:00					自主練習 21:15~22:00			自主練習 21:15~22:00				
22:00												
指導員	キッズ・ジュニア	岸玄二	向畑昌和	西尾太我		長尾優	西尾太我		長尾優	岸玄二	岸玄二	枝川真理子
		大竹聡	池嶋賢次			山田聖琉	長屋千亜紀		山田聖琉	西尾太我		加藤幸男
		西尾晟一	加藤幸男			西尾一牙	成島敏行		西尾一牙	成島敏行		小島慶太
		西尾太我	西尾圭一			伊藤希歩						藤田雅士
			小山周一									
一般		坪井功次				有賀優			有賀優			
					高橋大輝				高橋大輝			

※赤字は師範代(指導責任者)

クラス名	対象	説明	活動日
キッズクラス	体験・初心者	5~12歳	練習内容は子供の白帯と初心者中心のクラスです。
	参加可能レベル	白帯以上	日曜のみ4歳も対応いたします。
		白帯以上	大人の参加も可能です。
ジュニアクラス	体験・初心者	9歳~中学生	練習内容は子供の白・黄帯中心のクラスです。
	参加可能レベル	白帯以上	緑帯以上でも参加は可能です。
		白帯以上	大人の参加も可能です。
ジュニアハイクラス	体験・初心者	対応無し	練習内容は子供の緑帯以上が中心のクラスです。
	参加可能レベル	緑帯以上	黄帯でも師範代が許可すれば参加可能です。
		緑帯以上	大人も参加可能です。
一般クラス	体験・初心者	中学生以上	大人の初心者~黒帯までがレベルに合わせて練習します。
	参加可能レベル	白帯以上	中学生から大人が中心のクラスです。
		白帯以上	小学生でも師範代が許可すれば参加可能です。
クラス1	体験・初心者	4歳~中学生	小学生以下が中心のクラスです。
	参加可能レベル	白帯以上	大人の参加も可能です。
		白帯以上	
クラス2	体験・初心者	9歳~大人	小学校中学年から大人が中心のクラスです。
	参加可能レベル	白帯以上	
		白帯以上	