

2024年稽古時間（1月から）

	凜心館道場			静岡教室			磐田教室			沼津教室		
	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	大崎健一						
				大人クラス	19:00-20:30	大崎健一 月1回 指導員						
水	大人クラス（1・3週）	19:00-20:30	指導員									
	有段者クラス（2・4週）	19:00-20:30	大崎健一									
木				子どもクラス	17:00-17:50	大崎健太						
				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	氣のクラス（第1週）	9:30-11:00	大崎健一									
	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	大崎健一									
	大人クラス	19:00-20:30	大崎健一									
土	大人クラス	17:30-19:00	大崎健一 第4週 指導員	氣のクラス（第4週）	14:00-15:30	大崎健一				子ども・親子クラス	9:10-10:00	大崎健太
				昇級クラス（第4週）	16:30-18:00	大崎健一				→反復稽古	10:00-10:10	大崎健太
										大人クラス	10:25-11:45	〃
日	子どもクラス	15:30-16:20	大崎健太 + 指導員	子ども・親子クラス	9:00-9:50	大崎健太						
	子ども（レベルアップクラス）	16:30-17:00	大崎健太 + 指導員	→反復稽古	9:50-10:00	大崎健太						
	大人クラス	17:30-19:00	第1・3週 大崎健太	大人クラス	10:15-11:30	大崎健太						
	*第3週 昇級クラス		第2・4週 指導員	→反復稽古	11:30-12:45	大崎健太						

※クラスは上記表の通りで、各曜日月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。）

※指導担当が「指導員」となっているところは指導者が月始めにきまるクラス。

※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。

※反復稽古は前の時間に参加した人たちのみ参加できる時間です。各自都合に合わせ参加せずに帰宅も可。