10月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
25 TF柔術少年 10:00~10:50 TF柔術一般 11:00~12:00 自主練 ~12:30	26	27 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	28 小1-大人初心者向け J-FIT 18:45~20:15 小4-高3 打撃強化 J-STRIKE 早めに入館し各自でしっかり準備運動する	29 稽古休み	30 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	31 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15

11月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1 TF柔術少年 10:00~10:50 TF柔術一般 11:00~12:00 自主練 ~12:30	2 小3-中3稽古20回以上 18:00~19:30 少年組技強化 中1以上大人 19:45~21:15 一般柔 早めに入館し各自でしっかり準備運動する	3 祝日休館	4	5 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	6 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	7 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15
8 TF柔術少年 10:00~10:50 TF柔術一般 11:00~12:00 自主練 ~12:30	9	10 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	11 小1-大人初心者向け J-FIT 18:45~20:15 小4-高3 打撃強化 J-STRIKE 早めに入館し各自でしっかり準備運動する	12 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	13 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	14 臨時休み 以前の予定表と変更有 16:00-22:00 フリトレあります
15 TF柔術少年 10:00~10:50 TF柔術一般 11:00~12:00 自主練 ~12:30	16 小3-中3稽古20回以上 18:00~19:30 少年組技強化 中1以上大人 19:45~21:15 一般柔 早めに入館し各自でしっかり準備運動する	17 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	18	19 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	20 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	21 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15
22 ワークショップ 山嵜智世WS① RF中国地区大会in広島	23 ワークショップ 山嵜智世WS② 柔空会専用WSは今回は非開催 次回2月に柔空会専用WS予定、乞うご期待!	24 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	25 小1-大人初心者向け J-FIT 18:45~20:15 小4-高3 打撃強化 J-STRIKE 早めに入館し各自でしっかり準備運動する	26 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	27 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	28 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15
29 TF柔術少年 10:00~10:50 TF柔術一般 11:00~12:00 自主練 ~12:30	30					

例年12月末の土曜日は休館ですが、稽古日数確保のため大掃除後ですが稽古納めとします。

12月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	2	3 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	4 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	5 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15
6 TF柔術少年 10:00~10:50 TF柔術一般 11:00~12:00 自主練 ~12:30	7 小3-中3稽古20回以上 18:00~19:30 少年組技強化 中1以上大人 19:45~21:15 一般柔 早めに入館し各自でしっかり準備運動する	8 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	9	10 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	11 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	12 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室休館 スタジオが使えないためぜひ本部の火木土に来てください
13 TF柔術少年 10:00~10:50 TF柔術一般 11:00~12:00 自主練 ~12:30	14	15 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	16	17 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	18 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	19 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15
20 菊野克紀 誰ツヨ体験会 10:00~12:00 誰ツヨ会員稽古会 13:30~17:30	21 小3-中3稽古20回以上 18:00~19:30 少年組技強化 中1以上大人 19:45~21:15 一般柔 早めに入館し各自でしっかり準備運動する	22 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	23	24 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 大掃除 稽古後15分位 大掃除後 一般自主練 ~22:15	25 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	26 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 フリトレは中止 m(_ _)m 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15
27 TF柔術各支部稽古納め交流会 in泉大津体育館 ※後日詳細発表	28	29 年始休館	30	31 年始休館		

J-FIT&STRIKEの予定は未定追って発表

1月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
■TF(トライフォース)柔術クラスの予定は多少変更があるかもしれません。変更がある場合は、事前にお知らせします。					1 お年玉 中学生以下お年玉進呈	2 フリトレも中止 m(_ _)m 年始休館
3	4	5 お年玉 少年 18:00~19:15 中学生以下お年玉争奪紅白戦 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	6	7 お年玉 少年 18:00~19:15 中学生以下お年玉争奪紅白戦 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	8 お年玉 中学生以下お年玉進呈 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	9 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15
10 お年玉 中学生以下お年玉進呈 TF柔術少年 10:00~10:50 TF柔術一般 11:00~12:00 自主練 ~12:30	11	12 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	13	14 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	15 TF柔術少年 19:30~20:20 TF柔術一般 20:30~21:30 自主練 ~22:00	16 少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX 15:00~16:30 自主練 稽古後~17:15

お年玉 中学生以下お年玉争奪紅白戦

気軽に参加できるオリジナル大会

2月7㈰14㈰21㈰あたりで大々的に柔空会主催の「〇〇大会」を開催予定です

3月14㈰は誠空会主催の「第2回格闘空手道交流大会」が川西市で開催予定です