

11月

Sun

Mon

Tue

Wed

Thu

Fri

Sat

9 菊野克紀
セイサンセミナー
10:30~14:30 / ¥10,000
敬天愛人手合わせ稽古会
15:30~17:00 / ¥1,000

10 小3-中3稽古20回以上
少年強化
早めに入館し各自でしっかり準備運動する
中1以上大人 一般柔
一般自主練

11 少年 一般 一般自主練

12

13 少年 一般 一般自主練

14

15 少年 一般 MIX 女子 自主練

16

17 小3-中3稽古20回以上
少年強化
早めに入館し各自でしっかり準備運動する
中1以上大人 一般柔
一般自主練

18 少年 一般 一般自主練

19

20 少年 一般 一般自主練

21

22 少年 一般 MIX 女子 自主練

23

24

25 少年 一般 一般自主練

26

27 少年 一般 一般自主練

28

29 フリトレは開放しています
第5休館

30 RF東京国際大会
9:00集合
正式名称は、東京国際2025
RF武道空手選手権大会

柔空手合わせ会は楽しい交流会です!小2白帯から皆さん参加を♡

関西大会に来賓としてきてくださった、先生方が運営される、誠輪館(堺)・健成塾(神戸)が、なれないルールに初めて参加されます。色々なルールでライトスパーを行い、最後はゲームで交流します。1/18の大会に参加される予定で、それまでに交流を深める目的です。皆さん是非参加をお願いします。

12月

Sun

Mon

Tue

Wed

Thu

Fri

Sat

7 柔空会主催
柔空手合わせ会
15:30開会18:00閉会 / 参加費¥1,000
関西2団体以上参加予定
in柔空会本部道場

8 強化・柔移動しました

9 少年 一般 一般自主練

10

11 少年 一般 一般自主練

12

13 少年 一般 MIX 女子 自主練

14

15 小3-中3稽古20回以上
少年強化
早めに入館し各自でしっかり準備運動する
中1以上大人 一般柔
一般自主練

16 少年 一般 一般自主練

17

18 少年 一般 一般自主練

19

20 少年 一般 MIX 女子 自主練

21

22 小3-中3稽古20回以上
少年強化
以前の予定表と変更有
中1以上大人 一般柔
一般自主練

23 少年 一般 一般自主練

24

25 少年 一般 一般自主練
一般大掃除
一般自主練

26

27 フリトレも中止 m(_ _)m 年末休館

28

29

30 年末休館

31

道場生のご家族含めて中学生以下のキッズには1/6・8・10にお年玉(お菓子詰め合わせ)プレゼント

この日は、お年玉の紅白争奪戦は行わず、通常通りの強化クラスなので、他の日に来れない人は先生に申告して下さい。稽古後にお年玉渡します。



1月

Sun

Mon

Tue

Wed

Thu

Fri

Sat

4

5 小3-中3稽古20回以上
少年強化
早めに入館し各自でしっかり準備運動する
中1以上大人 一般柔
一般自主練

6 少年 一般 (お年玉争奪紅白戦) 一般自主練

7

8 少年 一般 (お年玉争奪紅白戦) 一般自主練

9

10 少年 一般 MIX 女子 自主練

11

12

13 少年 一般 一般自主練

14

15 少年 一般 一般自主練

16

17 少年 一般 MIX 女子 自主練

18 柔空会主催
〇〇大会(仮称)
兼昇級審査組手
???集合
関西6団体以上参加予定
in〇〇体育館

19 以前の年間予定と変更
19月に予定していた強化クラス26月に変更

20 少年 一般 一般自主練

21

22 少年 一般 一般自主練

23

24 少年 一般 MIX 女子 自主練

25

26 小3-中3稽古20回以上
少年強化
早めに入館し各自でしっかり準備運動する
中1以上大人 一般柔
一般自主練

27 少年 一般 一般自主練

28

29 第5休館

30

31 少年 一般 MIX 女子 自主練

体育館を抑える都合で、まだ仮の日程で、2月になるかもしれません。後日発表。

第5休館ですが稽古有

美原の場所が使えないため2週連続土曜日休館ですみません

12/7(日) 15:30~18:00

ゆるふわ~

柔空手合わせ会

対象

小2~シニア男女
アマチュア選手
指導者・無所属OK

(参加費 ¥1,000

WEB申込定員40名)

※団体代表の方は参加も見学も無料

空手道、柔道、合気道、跆拳道、柔術、少林寺拳法、日本拳法、ムエタイ、ボクシング、キックボクシング…

その他武器を使わないものならなんでもOK
道場やジム所属、無所属問いません。

ルールは下記3種類で**道着**と**シールド面**(いつもの装備)を
着用しお互いの合意のもと、**ゆるふわで技を試し合い**。

希望者のみ最後に試合形式スパーも可能です。

本気は禁止

怪我をさせない
互いに認め合う

顔面パンチ、肘打ちも使用可。
柔道で禁止の投げ技や立ち
関節も可能だが体を浴びせる
巻き込み投げ原則禁止。

※ラスト10分は金的・頭突き・目突きを
一時的に解禁したルールにも挑戦。

打撃技+投げ技

柔道で禁止の投げ技や立ち
関節も可能だが体を浴びせる
巻き込み投げ原則禁止。
指・手首関節技・寝技打撃
なども軽めにすべてOK。

投げ技+寝技

左記の打撃技・投げ技・寝
技すべてが使用可能。
左記すべての禁止技が禁止。
お互いに合意のもと、ルール
制限の設定OK(追加はNG)

総合(打+投+寝)

※主な**禁止事項**: 噛みつき・髪つかみ・首・後頭部への打撃・背後からの打撃・膝関節蹴りぬく・体を合わせて巻き込む投げ・頭から落とす投げ・首をひねる寝技など

12/7(日) タイムスケジュール

柔空手合わせ会

ルール説明動画

14:50開門・受付開始

準備運動を各自でしっかりと行う

参加費・レンタルの相談を済ませておく

道場内で昼食(飲食)OK

15:20受付〆切

15:30開会挨拶・趣旨とルール説明

15:45打撃技+投げ技のライトスパーリング

16:00※金的・頭突き・目突きも入れて交流

16:10休憩

16:15投げ技+寝技のライトスパーリング

16:30休憩

怪我をしない
怪我させない

各自休憩を
自由にする

16:35総合のライトスパーリング

16:55全体休憩

17:00希望者で集まって試合形式スパー組み合わせ

17:10試合形式スパーリング

17:45グループに分かれて交流ゲーム(感想)

18:00解散

参加申込はこちら➡

