

★凡例：

・総体…岐阜市民総合体育館 ・柔道…柔道場
 ・体育ル…岐阜市体育ルーム ・格技…格技場
 ・メディコス…ぎふメディアコスモス

2024年 10月 稽古予定表

(1) 一般 / 子どもクラス

月曜		水曜	木曜	土曜	日曜		備考	
一般	基礎・呼吸	一般	基礎・呼吸	一般	子ども	一般		
		2 19:15~		5 10:20~	★6 9:30~ 11:10~		★6(日):杖を用いた稽古(合同)	
		体育ル / 柔道		総体 / 柔道	総体 / 柔道			
7 19:15~		9 19:15~		★12 稽古休み	★13 9:30~ 11:10~		★12(土):稽古休み ★13(日):昇級審査	
総体 / 柔道		体育ル / 柔道			総体 / 柔道			
★14 19:15~	(2).	16 19:15~	(2).	19 10:20~	★20 9:30~ 11:10~		★14(土):会場注意 …総合体育館(格技場) ★20(日):会場注意 …総合体育館(格技場)	
総体 / 格技		体育ル / 柔道			総体 / 柔道	総体 / 格技		
21 19:15~		23 19:15~			26 10:20~	★27 9:30~ 11:10~		★27(日):会場注意 …総合体育館(格技場)
総体 / 柔道		体育ル / 柔道			総体 / 柔道	総体 / 格技		
★28 稽古休み		30 19:15~						
		体育ル / 柔道						

(2) 基礎・呼吸クラス

月曜		水曜	木曜	土曜	日曜	備考
一般	基礎・呼吸	一般	基礎・呼吸	一般	子ども / 一般	
			3 10:20~			★6(日):杖を用いた稽古(合同)
			体育ル / 柔道			
	7 11:10~		10 09:15~			
	体育ル / 柔道		体育ル / 柔道			
(1).	14 11:10~	(1).	★17 10:20~	(1).	(1).	★17(木):昇級審査
	体育ル / 柔道		体育ル / 柔道			
	21 11:10~		★24 09:15~			★24(木):会場注意(剣道場)
	体育ル / 柔道		体育ル / 剣道			
	28 11:10~		31 10:20~			
	体育ル / 柔道		体育ル / 柔道			

【10月以降のイベント】

10 / 13 (日) …昇級審査 (子ども / 一般)
 10 / 17 (木) …昇級審査 (基礎・呼吸)

【その他 (一般向けイベント等)】

10 / 12 (土) …月イチ! 合気道レッスン @ぎふメディアコスモス (17:15-18:45)
 10 / 26 (土) …合気道体験イベント @ぎふメディアコスモス (15:15-16:45)
 11 / 15 (金) …合気道体験イベント @ぎふメディアコスモス (17:15-18:45)
 11 / 30 (土) …月イチ! 合気道レッスン @ぎふメディアコスモス (17:15-18:45)
 12 / 14 (土) …合気道体験イベント @ぎふメディアコスモス (17:15-18:45)
 12 / 28 (土) …月イチ! 合気道レッスン @ぎふメディアコスモス (15:15-16:45)