

★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

更新日：2025/12/08 合気道至心会

2026年 01月 稽古予定表

【今後のイベント】

- 12/20（土）11：00～ …SDGsマルシェ講演（農作業と身体の使い方）→→
- 12/29（月）～01/04（日）…冬休み（稽古休み）



★合気道イベント
参加申し込み



★農作業イベント
参加申し込み



（1）一般 / 子どもクラス

月曜		火曜	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	
5	※不定期開催 (月末除く) →参加希望は QRから		7	(2).	10	★11		★11 (日) : 杖・木剣 (合同稽古)
19 : 15~			19 : 15~		19 : 10~	9 : 30~	11 : 10~	
総体 / 柔道場			体育ルーム		総体 / 柔道場	総体 / 柔道場		
12			14		17	18		
19 : 15~			19 : 15~		17 : 10~	17 : 10~	19 : 10~	
総体 / 格技場			体育ルーム		総体 / 格技場	総体 / 柔道場		
19			21		24	25		
19 : 15~			19 : 15~		17 : 10~	17 : 10~	19 : 10~	
総体 / 格技場		体育ルーム	総体 / 格技場	総体 / 柔道場				
26			28	★31			★31 (土) : 体験イベント (14:15~15:45)	
稽古休み			19 : 15~	17 : 10~				
			体育ルーム		メディコス			

（2）基礎・呼吸クラス

（注）月曜への振替・追加のご希望はお早めに！

月曜（振替日）		火曜	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	
(1).	※不定期開催 （月末除く） →参加希望は QRから 	(1).		8 10：20～ 体育ルーム	(1).	(1).	★11（日）：杖・木剣（合同稽古）
				15 10：20～ 体育ルーム			
				22 10：20～ 体育ルーム			
				29 10：20～ 体育ルーム			