

★凡例：

- ・総体…岐阜市民総合体育館
- ・柔道…柔道場
- ・体育ルーム…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：2025/12/02 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 19:15～	※不定期開催 (月末除く) →参加希望は QRから		7 19:15～	(2).	10 19:10～	★11 9:30～ 11:10～		★11（日）：杖・木剣（合同稽古）	
12 19:15～			体育ルーム		17	18 9:30～ 11:10～			
総体 / 柔道場			14 19:15～		21	18 9:30～ 11:10～			
19 19:15～			体育ルーム		24	25 9:30～ 11:10～			
総体 / 格技場			21 19:15～		★31 17:10～	25 9:30～ 11:10～			
26 稽古休み			体育ルーム		28 19:15～	西部体育館 西部体育館		★31（土）：体験イベント (14:15～15:45)	
			28 19:15～		★31 17:10～	西部体育館 メディコス			
			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			8 10:20～	(1).	(1).	(1).	★11（日）：杖・木剣（合同稽古）
				体育ルーム				
				15 10:20～				
				体育ルーム				
				22 10:20～				
				体育ルーム				
				29 10:20～				
				体育ルーム				