

## ★凡例：

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

更新日：2026/03/20 合気道至心会

## 2026年 04月 稽古予定表

## 【今後のイベント】

- 体験イベント（※お手伝い歓迎）…03/28(土), 04/25(土), 05/09(土)
- 子どもクラスサポーター（募集中）
- 05/04(月・祝日)…「気の錬磨」の稽古会
- 07/25(土)…講習会（岐阜県合気道連盟）in高山

★合気道イベント  
参加申し込み★農イベント  
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	合同稽古 (午前)	一般		基礎・呼吸	一般	子ども	一般		
			1 19:15~ 体育ルーム	(2).	4 19:10~ 総体 / 格技場	★5 9:30~ 11:10~ (合同 / 杖) 体育ルーム		★5(日): 杖(合同稽古) @体育ルーム	
6 19:15~ 総体 / 柔道場	※不定期開催 (月末除く) →参加希望は QRから 		8 19:15~ 体育ルーム		11 19:10~ 体育ルーム	12 9:30~ 11:10~ 総体 / 格技場			
13 稽古休み (4/21へ振替)			15 19:15~ 体育ルーム		18 19:10~ 総体 / 格技場	19 9:30~ 11:10~ 総体 / 柔道場			
20 19:15~ 総体 / 柔道場			21 19:15~ 体育ルーム		22 19:15~ 体育ルーム	25 19:10~ 総体 / 格技場	26 9:30~ 11:10~ 総体 / 柔道場		★25(土): 体験イベント @メディコス (14:15~15:45)
27 稽古休み			29 19:15~ 体育ルーム						

## (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	合同稽古 (午前)	一般		基礎・呼吸	一般	子ども / 一般	
	※不定期開催 (月末除く) →参加希望は QRから 			2 10:20~ 体育ルーム			★5(日): 杖(合同稽古) @体育ルーム
				9 10:20~ 体育ルーム			
				16 10:20~ 体育ルーム			
				23 10:20~ 体育ルーム			
				30 09:10~ 体育ルーム			