

青雲会本部道場 ・ 大阪狭山教室 ・ あおい幼稚園教室

## タイム・スケジュール (日・祝日 休館)

月	火	水	木	金	土	
青雲会本部	青雲会本部	青雲会本部	青雲会本部	大阪狭山教室	青雲会本部	青雲会本部
9:00		あおい幼稚園 14:10~ 15:00 園児のみ			少年部 強化練習 9:00~ 11:00	9:00
18:00						18:00
19:00	休		休			19:00
20:00	館		館			20:00
21:00						21:00
22:00						22:00
22:30						22:30
					22:30close	

★初級・・・正しい姿勢や、基本的な身体の使い方を学びます。

★組手(初級)・・・決められた一つ一つの攻撃と受けを、キャッチボール形式で繰り返し学びます。

★組手(中・上級)・・・接近戦や捌き、カウンター。コンビネーションミット等々。

★一般ビギナークラス・・・基本・型・ミットで体の使い方を学ぶ、初心者も参加しやすいクラスです。各々の力量に合わせて行います。体力に自信の無い方や初心者も安心して参加できるクラスです。

★一般アドバンスクラス・・・約束組手やコンビネーションミット、捌き等中・上級者向けのクラスです。対人稽古では必ずプロテクターを使用し安全に稽古します。

★型クラス・・・伝統型や実戦型を学びます。少年部、一般部、初心者でも参加可能です。

**新スケジュール  
平成31年4月10日  
スタート**

### ◆気象警報と休館のお知らせ。

1.稽古開始1時間前現在、「気象警報」が発令されている場合は休館になります。

2.稽古途中より警報が発令された場合は、道場及び教室で適宜判断いたします。

※気象警報の種類・・・(大雨・洪水・大雪・暴風・暴風雪・波浪・高潮)です。