

極真カラテ

つくば本部

1月カレンダー

2025年 1月

LINE公式アカウント登録は下記のQRコードから！

日	月	火	水	木	金	土
			1 道場休館	2 道場休館	3 道場休館	4 道場休館
5	6 道場休館	7 道場休館	8 稽古始め 18:00～少年 19:30～一般女子	9 自主トレ開放 (一般のみ)	10 18:00～少年 師範 19:30～一般女子	11 11:00～幼年少年 12:30～合同 自主トレ開放 (一般のみ)
12	13 成人の日 道場休館	14 17:30～ 幼年初級 18:30～少年	15 18:00～少年 19:30～一般女子	16 自主トレ開放 (一般のみ)	17 18:00～少年 師範 19:30～一般女子	18 道場休館
19 寒稽古 大洗	20 18:00～合同クラス (少年・一般) 師範 19:30～一般女子	21 17:30～ 幼年初級 18:30～少年	22 18:00～少年 19:30～一般女子	23 自主トレ開放 (一般のみ)	24 18:00～少年 師範 19:30～一般女子	25 11:00～幼年少年 12:30～合同 自主トレ開放 (一般のみ)
26	27 18:00～合同クラス (少年・一般) 師範 19:30～一般女子	28 17:30～ 幼年初級 18:30～少年	29 18:00～少年 19:30～一般女子	30 自主トレ開放 (一般のみ)	31 18:00～少年 師範 19:30～一般女子	

2025年1月の稽古始めは1月8日(水)。 寒稽古(大洗磯前神社)1月19日(日)を予定。

◆LINE公式アカウント受付中!! ID : <https://lin.ee/9RYLbqi> LINE限定動画や最新情報をご覧ください！

※子供は参加クラスの15分前までは道場に入れません。(早く着きすぎて稽古前に遊んでケガをする例が多発しています)

自主トレは黒帯指導員と一緒に予約された場合に限る。(高校生以上が対象)

注意！少年部の保護者の方は送迎の際に道場前の(他人の)契約駐車場に無断駐停車をされないようご協力ください。