

4月 TEIKA柔道クラブ予定表❀ 2026

月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
30	31	1	2 16:30~18:00	3	4 全体練習！15:30~17:30	5
6	7 練習なし	8	9 16:30~18:00	10	11 全体練習！16:00~18:15 (低学年以下17:45まで) 大人の部18:20~※乱取り開始	12 中学生出稽古
13	14 16:30~18:00	15	16 練習なし	17	18 全体練習！16:00~18:15 (低学年以下17:45まで) 大人の部18:20~※乱取り開始	19 アドバンス練習 9:00~
20	21 16:30~18:00	22	23 16:30~18:00	24	25 全体練習！16:00~18:15 (低学年以下17:45まで)	26 荒川区柔道大会 (荒川スポーツ体育館) ※対象者のみ
27	28 16:30~18:00	29 昭和の日 中学生出稽古	30 16:30~18:00	1	2	3 憲法記念日

<お知らせ>

◎町清掃について◎

(土)8時~(千住桜木1-12-32 寮駐車場集合)

日程決まり次第ご連絡します！

◎大人の部について◎※時間変更しております！

11・18日(土)18時20分~乱取り開始。

(18時~柔道場に入って各自で準備体操、打込み等を行ってください。)

無理なく怪我のないように体を動かしましょう。

◎土曜日の練習について◎

今月は全体練習とし、低学年は30分先に終了します。(4日を除く)

高学年も同時に開始します。ご予約等で間に合わない場合は途中参加してください。