

## 全真会館中部本部(大須) 2021年4月からのコース時間割

| 月曜日   | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日                                | 金曜日                                      | 土曜日                               | 日曜日  |
|---|-----|-----|------------------------------------|--|-----------------------------------|--|
| 16:00~17:10<br>幼年コース                                    |     |     |                                    | 16:00~17:10<br>幼年コース                     | 12:00~13:30<br>ジュニア・一般ミックス<br>コース |  |
| 17:15~18:45<br>少年①コース                                   |     |     |                                    | 17:15~18:45<br>少年①コース                    |                                   |  |
| 18:30~20:00<br>少年②コース                                   |     |     |                                    | 18:30~20:00<br>少年②コース                    |                                   |  |
| 20:00~20:30<br>選手強化コース                                  |     |     | 19:00~20:00<br>レディースキック<br>フィットネス  | 20:00~20:30<br>選手強化コース                   |                                   |  |
| 20:00~21:30<br>一般空手&キック<br>ボクシングコース<br>※19:30より稽古<br>可能 |     |     | 20:15~21:45<br>一般ビギナー&テク<br>ニックコース | 20:00~21:30<br>一般コース<br>※19:30より稽古<br>可能 | 19:30~21:00<br>ジュニア・一般ミックス<br>コース | 20:00~21:30<br>不定期キックボク<br>シング練習会&自<br>主トレ |
| 22:00close  |     |     | 23:00close                         | 22:30close                               | 22:00close                        | 22:30close                                 |

※日曜日の不定期キック練習会は時間変更やイベントなどで休講の場合あり。

## 全真会館名古屋本部(浄心) 2021年4月からのコース時間割

| 月曜日                                 | 火曜日                 | 水曜日                                  | 木曜日 | 金曜日  | 土曜日                                       | 日曜日 |
|-------------------------------------|---------------------|--------------------------------------|-----|--|---|-----|
|                                     |                     | 16:00~17:10<br>キッズ&幼年コース             | 休館  |  | 14:30~15:40<br>幼年コース                      | 休館  |
|                                     |                     | 17:15~18:45<br>少年①コース                |     | 15:45~17:15<br>少年①コース                      |   |     |
|                                     |                     | 18:30~20:00<br>少年②コース                |     | 17:00~18:30<br>少年②コース<br>※師範指導時最大<br>19時まで |   |     |
| 20:00~21:30<br>一般空手・キック<br>ボクシングコース | キックボクシング<br>コース 休講中 | 20:00~21:30<br>一般コース<br>※19:30より稽古可能 |     | 20:00~21:30<br>キックボクシング<br>コース             | 19:30~21:00<br>一般コース<br>※師範指導時最大<br>22時まで |     |
| 22:00close                          |                     | 22:00close                           |     | 22:00close                                 | 22:00close                                |     |

※土曜日少年②は原則的に第2・第4土曜日高原師範が一般指導しますので、延長となります。