

令和6年度 第1期 主催日程表

2024.2.29

講座名	曜日	時間	開催予定日			講師
			4月	5月	6月	
柔道 入門	土・日	10:00~11:30	13・20・28	11	1・15・29	藤本 栄二
	土	18:00~19:30		4		
柔道稽古会	水	18:45~20:15	3・10・24	15・22・29	5・19	
剣道 入門	水	17:00~18:30	17・24	8・15・29	5・12・19	岩崎 真由美
剣道錬成(少年)	水	18:30~20:00	17・24	8・15・29	5・12・19	岩崎 真由美
剣道錬成(一般)						中田 善幸 榎 忠夫
①女性(基本動作)	木	9:00~10:30	11・18・25	9・23・30	20・27	岩崎 真由美
②女性(応用動作)	木	10:30~12:00				
剣道稽古会	土	10:00~11:30	20・27	6・11・25	29	長谷川 嘉則
						岩崎 真由美
居合道	木	19:00~20:30	4・11・18・25	9・23	13・27	橋本 正雄
なぎなた	火	10:00~11:30	16・23	14・21・28	11・18・25	松田 佐知子
	金	18:30~20:00	19・26	10・17・24・31	21・28	
空手道	火	10:00~11:30	16・23	14・21・28	11・18・25	名倉 義人 上山 陽子
合気道(火)	火	10:00~11:30	9・23	14・21・28	4・11・18	中尾 眞吾
合気道(土日)	土・日	18:00~19:30	13・14・21・27	5	9・23・30	山田 芳朗
太極拳(火)	火	10:00~11:30	9・16・23	14・21・28	4・11	田中 康博
太極拳(土日)	土	18:30~20:0	27	18		
	日	18:00~19:30	14・21	5・19	9・23	
少林寺拳法(火)	火	19:00~20:30	9・16・23	14・21・28	4・11	伊澤 啓介
少林寺拳法(土日)	土・日	18:00~19:30	14・21・27	5・12・18	1・9	
日本拳法	金	18:00~19:30	12・19・26	10・17・24・31	21	岩尾 勤
弓道 錬成	火	①18:20~19:40	16・23	14・21・28	4・11・18	大谷 直樹 南都 明彦
		②19:40~21:00				
弓道 初級	水	19:00~20:30	17・24	15・22・29	5・12・19	
姫路藩 古武道講座	土・日	14:00~16:00	14・20	5・11	1・15	長濱 秀春
ピラティス	火	①14:00~15:00	9・16・23	14・21・28	11・18	石井 幸佳
		②15:15~16:15				
ヨガ I	金	14:45~15:45	5・19	10・17・24	7・14・28	上川 由香里
ヨガ II		16:00~17:00				
シェイプアップ ファイティング	水	13:30~14:30	10・17・24	8・15・22	5・12	中條 貴公
幼児 小学生 運動	水	①15:30~16:30	10・17・24	8・15・22	5・12	中條 貴公
		②17:00~18:00				

※赤字は日・祝