


2019年10月

2019.9.14

赤太字:9/14変更箇所

ピンク: 集中講座		緑: 少人数指導		グレー: 合宿			
月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	
			中級II 108式 11:20-1:05 幡ヶ谷武道場・大村	少人数指導① 9:00-5:00 (予約制) 代沢東2F	初級 11:20-1:00 幡ヶ谷第1, 2・海老原	少人数指導② 9:00-5:00 (予約制) 代田第1	合宿 国立女性教育会館 体育館
7	8	9	10	11	12	13	
	剣48式 9:35-11:35 代々木第4 養生十二法① 12:35-2:35 代々木第4 養生十二法② 2:50-4:50 代々木第4	太極24式 9:35-11:35 代々木第5 定歩太極24式 12:35-2:35 代々木第5 気功・太極拳基本理論 2:50-4:50 代々木第5	中級(太極24式全般) 9:45-11:45 代沢東2F 太極24式実技①(1~10) 12:45-2:45 代沢東2F 段、級位審査会 3:00- 代沢東2F	初級(十二法、太極24式) 9:45-11:45 永福・軽運動室 太極108式①(1~74) 1:10-3:10 高井戸第1, 2 太極108式②(75~108) 3:20-5:20 高井戸第1, 2	剣48式 9:30-11:30 新代田 初級(12法、太極24式) 12:45-2:45 代沢東2F 研修⑤(実技全般) 2:55-4:55 代沢東2F	太極拳推手空勁 9:45-11:45 代田・多目的 研修③(108式全般) 1:10-3:10 永福・第2, 3 研修②(理論と実技) 3:20-5:20 永福第2, 3	
14	15	16	17	18	19	20	
	十二法(主に指導員、助手) 9:40-11:40 代々木第5 活歩太極24式 12:35-2:35 代田多目的 研修① 2:50-4:50 代田多目的	太極24式(主に指導員、 12:40-2:40 代々木第5 太極24式実技②(11~ 2:50-4:50 代々木第5	中級I 12:25-2:25 代田第3・井上 少人数指導④ (予約制) 新代田 少人数指導⑤ 2:40-5:00 (予約制) 代田第3	中級II 108式 11:20-1:05 幡ヶ谷第1, 2・森 少人数指導⑥ 9:00-5:00 (予約制) 代沢東2F	初級 10:10-11:50 北沢南2F・西	八卦掌 9:45-11:45 太子堂 初級 3:00-5:00 代沢東2F・橋本	樹林練功会 10:30-11:45 代々木公園・薛先生
21	22	23	24	25	26	27	
		中級I 12:25-2:25 代田第3・井上	中級II 108式 11:20-1:05 幡ヶ谷第1, 2・大村	初級 11:20-1:00 幡ヶ谷第1, 2・海老原	初級 10:00-12:00 代沢東2F・内山		
28	29	30	31				
		中級I 12:25-2:25 代田第3・井上	中級II 108式 11:20-1:05 幡ヶ谷第1, 2・森				

幡ヶ谷武道場: 渋谷区・スポーツセンター第1武道場、 幡ヶ谷第1, 2: 渋谷区・スポーツセンター 第1, 2会議室、
 代田第1: 世田谷区・代田区民センター第1会議室、 代田第3: 世田谷区・代田区民センター第3会議室、 代田多目的: 世田谷区・代田区民センター 多目的室、
 代沢東2F: 世田谷区・代沢東地区会館 2F大会議室(無人施設)、 北沢南2F: 世田谷区・北沢南区民集会所 2F会議室(無人施設)
 代々木第4: 渋谷区・国立オリンピック記念青少年総合センター小体育館第4、 代々木第5: 渋谷区・国立オリンピック記念青少年総合センター小体育館第5、
 太子堂: 世田谷区・太子堂区民センター体育室、 新代田: 世田谷区・新代田まちづくりセンター(新代田区民集会所) 体育室、
 永福・軽運動室: 杉並区・永福和泉地区区民センター 軽運動室、 永福・第2, 3: 杉並区・永福和泉地区区民センター 第2, 3集会室、
 高井戸第1, 2: 杉並区・高井戸地区区民センター 第1, 2集会室

<会場情報>

- 渋谷区
 スポーツセンター: 京王新線「幡ヶ谷駅」徒歩6分、小田急線「代々木上原駅」徒歩15分
 西原1-40-18 Tel: 3468-9051
 国立オリンピック記念青少年総合センター: 小田急線「参宮橋駅」徒歩7分、千代田線「代々木公園駅」徒歩10分
 代々木神園町3-1
- 杉並区
 永福和泉地区区民センター: 京王井の頭線「永福町駅」北口徒歩5分
 和泉3-8-18 Tel: 5300-9411
 高井戸地区区民センター: 京王井の頭線「高井戸駅」徒歩3分
 高井戸3-7-5 Tel: 3331-7841
- 世田谷区
 代田区民センター: 京王井の頭線「新代田駅」徒歩1分
 代田6-34-13 Tel: 5376-0671
 代沢東地区会館(無人施設): 京王井の頭線「池ノ上駅」徒歩6分
 代沢1-31-8 Tel: 5478-8045(北沢総合支所)
 新代田まちづくりセンター(新代田区民集会所): 京王井の頭線「新代田駅」徒歩5分
 羽根木1-6-14 Tel: 3322-7474
 太子堂区民センター: 田園都市線、世田谷線「三軒茶屋駅」徒歩4分
 世田谷区太子堂1-14-20 Tel: 3422-1101
 北沢南区民集会所(無人施設): 小田急線、京王井の頭線「下北沢駅」徒歩5分
 北沢3-25-8 Tel: 5478-8045(北沢総合支所)