


2023年10月

2023.9.2変更

集中講座

月	火	水	木	金	土	日	
2	3	4	5	6	7	8	
			中級II 108式 11:00-1:00 幡ヶ谷第1, 2・徳田	初級 11:00-1:00 幡ヶ谷第1, 2・西			
			中級I 12:30-2:30 代田多目的・井上			初級 12:30-2:30 代田多目的・橋本	
9	10	11	12	13	14	15	
	剣48式 9:15-11:15 オリセン	太極24式 9:15-11:15 オリセン	休講		剣48式 9:40-11:40 新代田		
	12法①1-5 12:30-2:30 オリセン	定歩、坐式太極24式 12:30-2:30 オリセン		初級教室(12法、24式) 12:40-2:40 新代田	初級教室(12法、24式) 12:40-2:40 新代田	研修⑥ 12:40-2:40 新代田	
	12法②6-12 2:45-4:45 オリセン	活歩太極24式 2:45-4:45 オリセン		中級教室(24式全般) 2:50-4:50 新代田	研修⑤(推手、関節技) 2:50-4:50 新代田	24式実技応用1-10 2:50-4:50 新代田	
16	17	18	19	20	21	22	
12法(指導ポイント) 9:15-11:15 オリセン		研修③(108式) 9:40-11:40 新代田	休講	初級 11:00-1:00 幡ヶ谷第1, 2・海老原	剣48式(実技を含む) 9:40-11:40 代田多目的		
24式(指導ポイント) 12:30-2:30 オリセン		太極推手、空勁 12:40-2:40 新代田		太極108式①1-74 12:40-2:40 新代田	24式実技応用11-24 12:40-2:40 代田多目的		
研修①(理論と実技) 2:45-4:45 オリセン		研修②(理論と実技) 2:50-4:50 新代田		太極108式②75-108 2:50-4:50 新代田	八卦掌、心意拳 2:50-4:50 代田多目的		
23	24	25	26	27	28	29	
			中級II 108式 11:00-1:00 幡ヶ谷第1, 2・森	初級 11:00-1:00 幡ヶ谷第1, 2・海老原			
太極24式練習法比較 12:40-2:40 代田多目的	少人数指導 12:40-4:40 新代田音楽室	24式実技応用1-10 12:40-2:40 新代田		少人数指導 12:40-4:50 新代田	初級 12:30-2:30 代沢東2F・内山	動画撮影 12:40-4:50 代田第1	
自由練習の基本型 2:50-4:50 代田多目的		24式実技応用11-24 2:50-4:50 新代田					
30	31						
少人数指導 9:10-11:50 代田多目的	少人数指導 9:10-11:50 新代田						
少人数指導 12:40-4:50 代田多目的	少人数指導 12:40-2:40 新代田						
	段級位審査会 2:50-4:50 新代田						

幡ヶ谷第1, 2: 渋谷区・スポーツセンター 第1, 2会議室、
 代田多目的: 世田谷区・代田区民センター 多目的室、 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、
 代沢東2F: 世田谷区・代沢東地区会館 2F大会議室(無人施設)、 代田第1: 世田谷区・代田区民センター 第1会議室
 オリセン: 国立オリンピック記念青少年総合センター 小体育室

<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

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

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

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)

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10分、千代田線「代々木公園駅」徒歩15分

渋谷区代々木神園町3-1 Tel: 3469-2525