

# 2024

# 11月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	01 練馬 子 供 19:00-20:00 工藤 合氣道 19:00-20:30 工藤	02 幡ヶ谷 統一道 9:30-10:30 工藤 合氣道 10:30-11:30 工藤 氣の健康 11:40-12:40 工藤 子 供 14:00-14:55 大須賀 子供上級 15:00-16:00 大須賀 有段者クラス 18:30-20:00 工藤 ※有段者クラスでは学生の対象者合同で稽古
03 文化の日  心身統一合氣道50周年記念祝賀会 目黒雅叙園	04 振替休日	05 中村南 子 供 18:30-19:25 工藤/堤	06 幡ヶ谷 ※13:00-14:00-15:00 の稽古はお休み 子 供 17:00-17:55 工藤 子供上級 18:00-18:55 工藤 統一道 19:00-20:00 堤 合氣道 20:00-21:00 堤	07	08 練馬 子 供 19:00-20:00 工藤 合氣道 19:00-20:30 工藤	09 幡ヶ谷 統一道 9:30-10:30 工藤 合氣道 10:30-11:30 工藤 氣の健康 11:40-12:40 工藤 子 供 14:00-14:55 工藤 子供上級 15:00-16:00 工藤
10 幡ヶ谷 朝稽古 8:00-9:00 工藤 統一道 9:00-10:00 大須賀 子供・大人合同 10:00-11:00 大須賀 東久留米 子供 16:35-17:30 工藤 大人 17:40-18:40 工藤	11	12 中村南 SC休館日 稽古休み	13 幡ヶ谷 統一道 13:00-14:00 工藤 合氣道 14:00-15:00 工藤 子 供 17:00-17:55 工藤 子供上級 18:00-18:55 工藤 統一道 19:00-20:00 工藤 合氣道 20:00-21:00 工藤	14 外部講習	15 練馬 子 供 19:00-20:00 工藤 合氣道 19:00-20:30 工藤	16 幡ヶ谷 統一道 9:30-10:30 工藤 合氣道 10:30-11:30 工藤 氣の健康 11:40-12:40 工藤 子 供 14:00-14:55 大須賀 子供上級 15:00-16:00 大須賀 有段者クラス 18:30-20:00 工藤 ※有段者クラスでは学生の対象者合同で稽古
17 幡ヶ谷 朝稽古 8:00-9:00 工藤 統一道 9:00-10:00 工藤 子供・大人合同 10:00-11:00 工藤 東久留米 子供 14:05-15:00 工藤 大人 15:10-16:10 工藤	18	19 中村南 子 供 18:30-19:25 工藤	20 幡ヶ谷 氣の健康 13:00-14:00 工藤 合氣道 14:00-15:00 工藤 子 供 17:00-17:55 工藤 子供上級 18:00-18:55 工藤 統一道 19:00-20:00 伊徒 合氣道 20:00-21:00 伊徒	21 外部講習	22 練馬 29日5週目の振り替え 稽古休み	23 幡ヶ谷 勤労感謝の日 稽古休み
24 幡ヶ谷 朝稽古 8:00-9:00 工藤 統一道 9:00-10:00 大須賀 子供・大人合同 10:00-11:00 大須賀 東久留米 子供 14:05-15:00 工藤 大人 15:10-16:10 工藤	25	26 中村南 子 供 17:00-17:55 工藤	27 幡ヶ谷 統一道 13:00-14:00 工藤 合氣道 14:00-15:00 工藤 子 供 17:00-17:55 工藤 子供上級 18:00-18:55 工藤 統一道 19:00-20:00 工藤 合氣道 20:00-21:00 工藤	28 外部講習	29 練馬 子 供 19:00-20:00 工藤 合氣道 19:00-20:30 工藤 22日の振り替えで稽古あり	30 幡ヶ谷 統一道 9:30-10:30 工藤 合氣道 10:30-11:30 工藤 氣の健康 11:40-12:40 工藤 子 供 14:00-14:55 大須賀 子供上級 15:00-16:00 大須賀 氣の呼吸法実践会 17:00-18:00
01	02	メモ:				