

# 2024年11月 淳風会長久手支部スケジュール

| 日曜日  | 月曜日                 | 火曜日 | 水曜日                                      | 木曜日                 | 金曜日 | 土曜日  |
|--|---------------------|-----|--|---------------------|-----|--|
|  |                     |     |  |                     | 1   | 2<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~21:00 通常練習            |
| 3<br>杵ヶ池練習<br>13:00~15:00一般部(置)<br>15:00~17:00 通常練習<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~20:00 自主練<br>※支部長不在 | 4<br>淳風会大会          | 5   | 6<br>杵ヶ池練習<br>18:00~21:00 通常練習<br>※支部長遅れ | 7<br>アスクラ組手@長中体育館   | 8   | 9<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~21:00 通常練習<br>※支部長不在  |
| 10<br>杵ヶ池練習<br>13:00~15:00一般部(置)<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~20:00 通常練習                             | 11<br>アスクラ形@長中武道場   | 12  | 13<br>杵ヶ池練習<br>18:00~21:00 通常練習          | 14<br>アスクラ組手@市が洞体育館 | 15  | 16<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~21:00 通常練習           |
| 17<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~20:00 通常練習   | 18<br>アスクラ組手@市が洞体育館 | 19  | 20<br>杵ヶ池練習<br>18:00~21:00 通常練習          | 21<br>アスクラ組手@長中体育館  | 22  | 23<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~21:00 通常練習<br>※支部長不在 |
| 24<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~20:00 通常練習<br>※道着注文締め切り  | 25<br>アスクラ形@長中武道場   | 26  | 27<br>杵ヶ池練習<br>18:00~21:00 通常練習          | 28<br>アスクラ組手@長中体育館  | 29  | 30<br>長中柔剣道場練習<br>18:00~21:00 通常練習           |

## 練習タイムスケジュール (柔道場・剣道場)

| 水曜日 (杵ヶ池)               |                           | 日曜日 (杵ヶ池ありの場合)    |                           | 日曜日 (長中のみの場合)          |                            |
|-------------------------|---------------------------|-------------------|---------------------------|------------------------|----------------------------|
| ① 受付・準備                 | 18:00~18:10               | ① 受付・準備           | 15:00~15:10               | ① 受付・準備 (マット)          | 18:00~18:20                |
| 全体準備運動・基本練習<br>型メインの練習  | 18:10~20:50<br>片付: ~21:00 | 全体準備運動、<br>基本練習   | 15:10~16:50<br>片付: ~17:00 | 全体準備運動、基本<br>長久手黒帯会    | 18:20~19:30<br>19:30~20:00 |
| 土曜日 (長中武道場)             |                           | 日曜日 (杵ヶ池ありの場合) 長中 |                           | ・自主練                   | ~21:00                     |
| ① 受付・準備 (マット掃除)         | 18:00~18:20               | 主に黒帯練習            | 18:00~                    | ※土曜日は始めにマットの拭き掃除をしましょう |                            |
| 全体準備運動・基本練習<br>組手メインの練習 | 18:20~20:50<br>片付: ~21:00 | 長久手黒帯会<br>・自主練    | 19:00~20:00<br>~21:00     |                        |                            |

日曜日 (杵ヶ池体育館) 13:00~15:00 一般部練習

※道場に入る前に、手の消毒、出欠記録をすること。

・会費の集金は全員口座引き落としになっています。手続きが間に合わなかった場合は、次月にまとめて引き落とします。  
 休会など会費の変更がある場合は、前の月の18日まで変更可能です。遅れた場合は、翌月分から差し引く形で処理します。早めの連絡にご協力ください。  
 ・道着・拳サポーター (白)、メンホーの申込みは随時受け付け、支払いは商品と引き換えとします。(今年度 防具・道着係:渡辺・星川・伊藤きく )  
 ・日曜 13:00~15:00 をが確保できた場合、一般部の練習時間としております。・自主練習に参加する場合、小3以下は親御さんが同伴してください。

### □11月の主な行事

|           |            |          |
|-----------|------------|----------|
| 11月4日 (祝) | 淳風会大会      | 尾張旭総合体育館 |
| 11月3日 (日) | 東尾張空手道交流大会 | 尾張旭総合体育館 |

### □12月以降の主な行事

|               |             |            |
|---------------|-------------|------------|
| 12月15日(日)     | 昇級・昇段試験     |            |
| 12月22日(日)     | ながくて冬まつり    |            |
| 12月25日(水)     | 支部納会        | 杵ヶ池体育館     |
| 2025年1月13日    | 鏡開き         | ふらっと       |
| 2025年2月23日    | 第3回長久手空手カップ | 杵ヶ池体育館アリーナ |
| 2025年3月30日(仮) | 西日本大会       |            |