

11 月 月 間 予 定 表

		個人利用開放日																		トレ										トレーニングルーム開放日																								
日		柔道場						剣道場						弓道場半面						弓道場半面						大会議室						小会議室						和室						日										
		9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00																	
2	日	第10回記念桜木杯争奪松井剣志会						個	第10回記念桜木杯争奪松井剣志会						個	第10回記念桜木杯争奪松井剣志会						弓連	第10回記念桜木杯争奪松井剣志会						個	第10回記念桜木杯争奪松井剣志会						第10回記念桜木杯争奪松井剣志会						武道館	第10回記念桜木杯争奪松井剣志会						2	日				
3	月	並木		個	興武館		松柳会	個	神明会		個	尚道会		個	所武	秋草学園			個	個	秋草学園			個	個	卓球1		秋草	剣連				トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ			秋草	並木			3	月								
4	火	個	個	個	個	個	合養	個	個	個	個	剣連	剣連	弓連				個	個	個	個	個	個	ズンバ・はじピラ		卓球2	卓球1				トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ							4	火										
5	水	ピラティス		個	個	個	合連	ピラティス		個	個	剛心会	剣イ	個	個	個	個	個	セキグチ様	個	個	個	個	個	個	エアロ		卓球2	筋膜	卓球1				トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ					5	水									
6	木	並木	個	躰健	個	個	柔連	太サ		個	個	松剣	陳太	弓連				個	個	個	個	個	個	AM3ｶﾞ		PM3ｶﾞ				トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ							6	木											
7	金	個	個	個	個	個	合連	所武	婦体	個	個	個	剣連	個	個	個	個	個	セキグチ様	個	個	個	個	個	個	ストレッチ①②						トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ							7	金									
8	土	合連	個	PJJ	個	個	柔連	剣形	新所剣	空ク	個	個	剣イ	弓連				個	個	フォロー	個	スポ弓						卓球1			トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ							8	土										
9	日	並木		合連		興武館		新所剣	神明会																卓球2													並木				9	日											
10	月						松柳会						所武	弓連												心と体ヨガ		卓球1															10	月										
11	火						合養						剣連												ズンバ・はじピラ		卓球2			中新井分会										11	火													
12	水	ピラティス					合連	ピラティス		健連		剛心	剣イ	弓連												エアロ・筋膜		卓球1														12	水											
13	木	並木		躰健			柔連	太サ					松剣	陳太										AM3ｶﾞ		PM3ｶﾞ												中新井3班		13	木													
14	金						合連						剣連	弓連																		中分5										14	金											
15	土	並木					三道大会準備	剣形	新所剣	空ク			三道大会準備	弓連	コバヤシ様				三道大会準備			フォロー			三道大会準備			卓球1	三道大会準備								三道大会準備			並木	三道大会準備		15	土										
16	日	所沢市青少年三大会(弓道・柔道)						興武館	松柳会	所沢市青少年三大会(弓道・柔道)								所沢市青少年三大会(弓道・柔道)						弓連	所沢市青少年三大会(弓道・柔道)								所沢市青少年三大会(弓道・柔道)						中新井分会		所沢市青少年三大会(弓道・柔道)						所沢市青少年三大会(弓道・柔道)						16	日
17	月	休館日																																		17	月																	
18	火						合養						剣連	弓連												ズンバ・はじピラ		卓球1			中新井分会														18	火								
19	水	ピラティス					合連	ピラティス					剛心	剣イ						セキグチ様			エアロ・筋膜		卓球1																19	水												
20	木	並木		躰健			柔連	太サ					陳太	弓連												AM3ｶﾞ		PM3ｶﾞ																20	木									
21	金						合連						剣連						セキグチ様			ストレッチ①②																				21	金											
22	土	合連		PJJ			弓連	剣形		空ク	スポ剣	空尚	弓連	弓連								フォロー	スポ弓		弓連	卓球2					弓連			弓連						弓連			22	土										
23	日	武州弓道大会						武州弓道大会						武州弓道大会						武州弓道大会						武州弓道大会						武州弓道大会						武州弓道大会						23	日									
24	月	合気道初心者体験会		興武館		松柳会	合気道初心者体験会						所武	弓連												合気道初心者体験会								合気道初心者体験会										24	月									
25	火						合養						剣連										ズンバ・はじピラ		卓球1															25	火													
26	水	ピラティス					合連	ピラティス					剛心	剣イ	弓連								エアロ・筋膜		卓球1																26	水												
27	木	並木					柔連	太サ					松剣	陳太								AM3ｶﾞ		PM3ｶﾞ																27	木													
28	金	所武					合連						剣連	弓連												ストレッチ①②																28	金											
29	土	合連		PJJ			空連	剣形		空ク			空尚	空連	コハヤシ様		スポ弓		空連			フォロー	スポ弓		空連					空連					空連				並木	空連		29	土											
30	日	所沢市空手道選手権大会						所沢市空手道選手権大会						所沢市空手道選手権大会						弓連	所沢市空手道選手権大会						所沢市空手道選手権大会						所沢市空手道選手権大会						所沢市空手道選手権大会						30	日								