

至誠塾 中島道場 少年部・青年部・ID柔道 稽古時間割

	月	火	水	木	金	土	日	
10:00	10:00~15:00 プライベート 稽古	10:00~15:00 プライベート 稽古	10:00~15:00 プライベート 稽古	10:00~15:00 プライベート 稽古	10:00~15:00 プライベート 稽古	/	/	
10:30								
11:00								
11:30								
12:00								
12:30	13:30~15:00 少年部稽古 ID柔道					/	/	
13:00								
13:30								
14:00								
14:30								
15:00	/	/	/	/	/	休館日	/	
15:30	15:30~16:30 学童・自主学習	15:30~16:30 学童・自主学習	15:30~16:30 学童・自主学習	15:30~16:30 学童・自主学習	15:30~16:30 学童・自主学習		/	/
16:00								
16:30	16:30~18:00 少年部稽古 ID柔道	16:30~18:00 少年部稽古 ID柔道	16:30~18:00 少年部稽古 ID柔道	16:30~18:00 少年部稽古 ID柔道	16:30~18:00 少年部稽古 ID柔道		16:00~17:30 青年部稽古 ID柔道	/
17:00								
17:30								
18:00	/	/	/	/	/		/	/
18:30								
19:00	19:00~20:30 青年部稽古 ID柔道	19:00~20:30 青年部稽古 ID柔道	19:00~20:30 青年部稽古 ID柔道	19:00~20:30 青年部稽古 ID柔道	19:00~20:30 青年部稽古 ID柔道			
19:30								
20:00								