

道場稽古 時間割

2022年5月12日(木)以降

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|
| | | | | | | 早朝クラス 6:00~7:00 蒼龍本部道場 |
| | | | | | 長浦少年部 9:15~10:15 臨スポ柔道場 | |
| | | | | | 千葉少年部 9:30~10:30 千葉市武道館 | ファミリークラス 9:10~10:10 蒼龍本部道場 |
| | 午前クラス 10:00~11:00 蒼龍本部道場 | 午前クラス 10:00~11:00 蒼龍本部道場 | 午前クラス 10:00~11:00 蒼龍本部道場 | 午前クラス 10:00~11:00 蒼龍本部道場 | 長浦一般部 10:30~11:30 臨スポ柔道場 | |
| 袖ヶ浦さくら会 11:00~12:00 臨スポ柔道場 | | | | | 千葉一般部 10:45~11:45 千葉市武道館 | 午前クラス 10:30~11:30 蒼龍本部道場 |
| | | | シニアクラス 14:00~15:00 蒼龍本部道場 | | | 袖ヶ浦少年部 14:15~15:15 長浦中学校 |
| | | | | | | 少年・中高生疾風クラス 15:30~16:30 長浦中学校 |
| | | 昭和少年部 18:30~19:30 昭和中学校 | | | | 袖ヶ浦中高生・一般部 16:45~17:45 長浦中学校 |
| | 火曜少年部 18:30~19:30 東海中学校 | 水曜少年部 18:30~19:30 蒼龍本部道場 | おゆみ野少年部 19:05~20:00 おゆみ野南中学校 | 市原少年部 18:30~19:30 国分寺台西中学校 | 飛燕・若葉クラス 18:10~19:30 若葉中学校 | |
| | | 昭和中高生一般 19:40~20:40 昭和中学校 | | | | |
| | 火曜中高生一般 19:45~20:45 東海中学校 | 水曜中高生一般 19:45~20:45 蒼龍本部道場 | おゆみ野中高生一般部 20:00~20:55 おゆみ野南中学校 | 市原中高生一般部 19:40~20:40 国分寺台西中学校 | 五井中高生一般部 19:40~20:40 若葉中学校 | |
| | | | | | | ピンクは幼少年部 |