# 稽古時間割

2025年4月15日（火）

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | 早朝クラス<br>6:00～7:00<br>蒼龍本部道場 |
| | | | | | 臨海道場少年部<br>9:45～10:45<br>臨スポ柔道場 | |
| | | | | | 土曜少年部<br>9:30～10:30<br>蒼龍本部道場 | 初心者クラス<br>9:00～10:00<br>蒼龍本部道場 |
| | 午前クラス<br>10:00～11:00<br>蒼龍本部道場 | 初心者・一般クラス<br>10:15～11:15<br>蒼龍本部道場 | 午前クラス<br>10:00～11:00<br>蒼龍本部道場 | 初心者・一般クラス<br>10:15～11:15<br>蒼龍本部道場 | 臨海道場一般部<br>11:00～12:00<br>臨スポ柔道場 | |
| 袖ヶ浦さくら会<br>11:00～12:00<br>臨スポ柔道場 | | | | | | 一般クラス<br>10:15～11:15<br>蒼龍本部道場 |
| | | | | | | |
| | | | 初心者クラス<br>14:00～15:00<br>蒼龍本部道場 | | | 疾風クラス<br>15:00～16:30<br>長浦中学校 |
| | | | | | | 袖ケ浦少年部<br>15:30～16:30<br>長浦中学校 |
| | | | | | | 袖ケ浦中高生・一般部<br>16:45～17:45<br>長浦中学校 |
| | 火曜少年部<br>18:30:～19:30<br>蒼龍本部道場 | 水曜少年部<br>18:30:～19:30<br>蒼龍本部道場 | おゆみ野少年部<br>19:00～20:00<br>おゆみ野南中学校 | 市原少年部<br>18:30～19:30<br>国分寺台西中学校 | 飛燕・若葉クラス<br>18:10～19:30<br>若葉中学校 | |
| | | 昭和少年部<br>18:30:～19:30<br>昭和中学校 | | | | |
| | 火曜中高生一般<br>19:45～20:45<br>蒼龍本部道場 | 水曜中高生一般<br>20:00～21:00<br>蒼龍本部道場 | | | | |
| | | 昭和中高生一般<br>19:40～20:40<br>昭和中学校 | おゆみ野中高生一般部<br>19:50～20:50<br>おゆみ野南中学校 | 市原中高生一般部<br>19:40～20:40<br>国分寺台西中学校 | 五井中高生一般部<br>19:40～20:40<br>若葉中学校 | |

ピンクは幼少年部