

月・水曜日は江戸川橋体育館
火・木・金曜日は文京スポーツセンター

| | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | |
|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------|-----|----------|
| 9月 | 2 | 柔道場 | 3 | 柔道場 | 4 | 柔道場 | 5 | 柔道場・剣道場 | 6 | 多目的室・弓道場 |
| | 9 | 柔道場 | 10 | 柔道場 | 11 | 柔道場 | 12 | 柔道場・剣道場 | 13 | 多目的室・弓道場 |
| | 16 | 祝日 | 17 | 柔道場 | 18 | 柔道場 | 19 | 柔道場・剣道場 | 20 | 多目的室・弓道場 |
| | 23 | 祝日 | 24 | 柔道場 | 25 | 柔道場 | 26 | 柔道場・剣道場 | 27 | 柔道場・弓道場 |
| | 30 | 柔道場 | | | | | | | | |

| | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------|-----|----------|
| 10月 | | | 1 | 柔道場 | 2 | 柔道場 | 3 | 柔道場・剣道場 | 4 | 多目的室・弓道場 |
| | 7 | 柔道場 | 8 | 柔道場 | 9 | 柔道場 | 10 | 柔道場・剣道場 | 11 | 多目的室・弓道場 |
| | 14 | 祝日 | 15 | 柔道場 | 16 | 柔道場 | 17 | 柔道場・剣道場 | 18 | 多目的室・弓道場 |
| | 21 | 柔道場 | 22 | 柔道場 | 23 | 柔道場 | 24 | 柔道場・剣道場 | 25 | 柔道場・多目的室 |
| | 28 | 柔道場 | 29 | 柔道場 | 30 | 柔道場 | 31 | 柔道場・剣道場 | | |

| | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------|-----|----------|
| 11月 | | | | | | | | | 1 | 剣道場・弓道場 |
| | 4 | 祝日 | 5 | 柔道場 | 6 | 柔道場 | 7 | 柔道場・剣道場 | 8 | 多目的室・弓道場 |
| | 11 | 柔道場 | 12 | 柔道場 | 13 | 柔道場 | 14 | 柔道場・剣道場 | 15 | 柔道場・弓道場 |
| | 18 | 柔道場 | 19 | 柔道場 | 20 | 柔道場 | 21 | 柔道場・剣道場 | 22 | 多目的室・弓道場 |
| | 25 | 柔道場 | 26 | 柔道場 | 27 | 柔道場 | 28 | 柔道場・剣道場 | 29 | 柔道場・弓道場 |

黒帯を目指す稽古 (参加資格 緑帯以上)

9/18(水)15:30~18:00 スポーツセンター弓道場

10/16(水)15:30~18:30 スポーツセンター弓道場

11/13(水)15:30~18:00 スポーツセンター剣道場