葛西道場稽古時間割　　☆全クラス極真会館　師範・木立裕之が責任を持って指導しております☆

月	火	水	木	金	土	日
	稽古は自由参加です。 週に何回でも参加できます。但し、無理のない様に、ご参加ください。 学年が上がる、帯の色が変わる等、上達につれて参加するクラスを上のクラスに変えていきます。			初心者 基本クラス 11:00～11:45	ファミリークラス 初級基本クラス 10:00～11:00	ファミリークラス 初級基本クラス 9:00～10:00
壮年・女子 一般部 11:00～12:00				型 ミット組手クラス 11:45～12:15	ファミリークラス 中級クラス 11:10～12:10	ファミリークラス 中級クラス 10:10～11:10
自由練習				3歳～5歳げんきクラス 3:45～4:15	応用・型・組手クラス 12:10～1:10	応用・型・組手クラス 11:15～13:00
幼児クラス 4:00～5:00	型・ミット組手クラス 4:00～5:00	幼児（上）小学生白帯 4:00～5:00		幼児（上）小学生白帯 4:15～5:15	幼児クラス 1:30～2:30	残り稽古 試合練習
小学1～3年生 ＆小学生白帯 5:10～6:10	幼・少年部 5:00～6:00	オレンジ・青帯 5:00～6:00		小学1～3年生 ＆小学生白帯（上） 5:15～6:15		型・組手競技 試合練習 自由練習 または 陸上トレーニング 時期や内容により 変動します。
小学4年生 ～中高生・一般 6:15～7:15	幼児クラス 6:00～6:50	黄帯～茶黒帯 6:00～7:00	幼児クラス 5:50～6:50	小学4年生 ～中高生・一般 6:15～7:15		
小・中～一般合同 ミット組手クラス 7:15～8:15	小学生・中高生・ 一般 合同クラス 7:00～8:25	小・中～一般合同 型・ミット組手クラス 試合練習 7:00～8:10	初心者 基本クラス 7:00～7:55	小・中～一般合同 ミット組手クラス 7:15～8:15		
ライト健康クラス 8:15～8:50		ライト健康クラス 8:15～8:50	ミット 組手クラス 8:00～9:10	ライト健康クラス 8:15～8:50		
壮年・女子 一般部 8:50～9:30	初心者及び 社会人クラス 8:30～9:30	壮年・女子 一般部 8:50～9:30		壮年・女子 一般部 8:50～9:30		
自由練習	自由練習	自由練習	自由練習	自由練習		

☆帯や学年が変わった場合に、参加するクラスが判らない時は先生に相談してください。（試合練習はオレンジ表記のクラスです。）

月謝　親子で空手を学ぼう、家族・兄弟会員サポート！1人につき月謝2,000円引き→		家族・兄弟会員
4歳～小学6年生	7,000円　（税込7,560円）	税込5,400円
中学生・高校生	8，000円　（税込8,640円）	税込6,480円
一般部	10,000円　（税込10,800円）	税込8,640円

☆入門手続き　以下の書類と費用をご用意ください。　稽古する上で注意してほしい過去の病歴・ケガや特別な事情がある場合は、必ず指導員に申し出てください。

①入門誓約書　②入門にかかる費用…入会金キャンペーン中　０円　③月謝、上記参照　↓キャンペーン対象は以下の道着無料

④　月謝の口座振替書類（入門手続き後、お渡しします。）空手着購入の場合（0～3号 9，500 円・00 号・4 号以上 12，300 円）

☆当道場は正式の極真会館公認道場です。極真会館本部に全国共通の会員登録をしていただきます。（年会費１０，８００円）家族割有

休会・退会の手続き　休会・退会の際は届出をしてください。

休会：事情により１ヶ月以上稽古に出席できないが、継続する意志のある方。→休会費２，０００円

○　休会・退会される方は前月２５日までに所属道場に行き、所定の届出用紙にご記入捺印の上、先生に提出してください。

○　届出のない場合は認められません。電話での届出も受付ておりません。前月 25 日以降は翌月扱いです。

☆保護者の方の稽古見学はできません。幼稚園や学校と同じようにあずけていただく形になります。見学が必要な場合は先生にお話ください。

☆ビルの下は駐輪できません。近い方は徒歩で、自転車の方は駅駐輪場、または近隣の公園の迷惑のならない所に置いてください。