

2025年12月

○個人開放日 9：00～11：45（武道館）利用料210円（市内）420円（市外）

○自由練習日 12：30～15：15（武道館）利用料100円（会員・準会員に限る）

○もくれん会 13：00～15：00（総合体育館）1回料金250円 **総合体育館 第2スポーツホール**

火曜日と金曜日の自由練習日は連盟事業が無い日に設定しています。ご注意ください。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 自由練習	3	4 もくれん会	5 個人開放日 自由練習	6
7	8	9 自由練習	10	11 もくれん会	12 個人開放日 (東京都交流会練習)	13
14	15	16 (東京都交流会練習)	17	18 もくれん会	19 個人開放日 自由練習	20
21	22	23 自由練習	24	25 もくれん会	26 個人開放日 (指導員勉強会)	27
28	29	30	31			

2026年1月

○個人開放日 9：00～11：45（武道館）利用料210円（市内）420円（市外）

○自由練習日 12：30～15：15（武道館）利用料100円（会員・準会員に限る）

○もくれん会 13：00～15：00（総合体育館）1回料金250円 **総合体育館第2スポーツホール**

火曜日と金曜日の自由練習日は連盟事業が無い日に設定しています。ご注意ください。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6 自由練習	7	8 もくれん会	9 個人開放日 (東京都交流会練習)	10
11	12	13 自由練習	14	15 もくれん会	16 個人開放日 自由練習	17
18	19	20 自由練習	21	22 もくれん会	23 個人開放日 自由練習	24
25	26	27 自由練習	28	29 もくれん会	30 個人開放日 自由練習	31