

# HIMUKA カンフークラブ 2020年7月度練習スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		<b>1</b> ④ 17:30~18:30 青少年プラザ 体育館 (宮崎市神宮)	<b>2</b> ⑤ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>3</b> ④ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>4</b>	<b>5 (日) 特別訓練</b> ① 9:30~11:30 ② 13:30~15:30 本部道場 (川南町)
6	<b>7</b> ① 19:00~20:45 東小学校 (高鍋町)	<b>8</b> ④ 17:30~18:30 青少年プラザ 体育館 (宮崎市神宮)	<b>9</b> ⑤ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>10</b> ④ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>11 (土) 特別訓練</b> ③ 9:30~11:30 ④ 13:30~15:30 本部道場 (川南町)	<b>12</b>
13	<b>14</b> ① 19:00~20:45 東小学校 (高鍋町)	<b>15</b> ④ 17:30~18:30 青少年プラザ 体育館 (宮崎市神宮)	<b>16</b> ⑤ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>17</b> ④ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>18 (土) 特別訓練</b> ⑤ 9:30~11:30 ⑥ 13:30~15:30 本部道場 (川南町)	<b>19</b>
20	<b>21</b> ① 19:00~20:45 東小学校 (高鍋町)	<b>22</b> ④ 17:30~18:30 青少年プラザ 体育館 (宮崎市神宮)	<b>23 (祝)</b> ⑤ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>24 (祝)</b> ④ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>25</b> 九州沖縄ブロック強化講習会 in アクション福岡 (多目的アリーナ)	
27	<b>28</b> ① 19:00~20:45 東小学校 (高鍋町)	<b>29</b> ④ 17:30~18:30 青少年プラザ 体育館 (宮崎市神宮)	<b>30</b> ⑤ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	<b>31</b> ④ 17:30~18:30 ① 18:30~20:30 本部道場 (川南町)	ホームページの検索は🔍 <b>HIMUKA カンフークラブ</b>	

- ☆1. クラス別の表記をしました→ 《 ①ジュニア対象クラス ⑤キッズ対象クラス ④小学生対象クラス (キッズクラス) 》
- ☆2. 今月の特別訓練は、5(日)・11(土)・18(土)の計6回。1単限500円。※①・⑤は小クラス以上も対象 (練習時間 9:30~10:30)
- ☆3. 月会費は毎月初回練習時にご提出ください。
- ☆4. 本部道場の隣には寮がありますので、車での送迎時にはマナーを持ってのご利用・駐車をお願いします。
- ☆5. 引き続き、手洗いうがい・入退館時のアルコール消毒・換気に心がけ、体調管理に努めましょう！！
- ☆6. 7月度の水曜・木曜・金曜の定例練習は5回実施します。代わりに、8月度の定例練習 (お盆時を予定) をお休み振替とさせていただきます。
- ☆7. 熱中症が起こりやすい時期になりました。体調管理に努めましょう！ (※キッズクラスの特別訓練は気温が高い時期は設けません。)

特練①・⑤は④クラスも対象🌟  
 ④クラスの練習は👇  
9:30~10:30(60分)