



型には一つ一つに技の意味がある

月	火	水	木	金	土	日	
1 本部 17:00 武道空手 19:00	2 本部 17:00 本部 19:00	3 本部 17:00	4 本部 17:00 武道空手 19:00	5 長町南 18:00 本部 19:30	6 本部 10:30 茂庭台 18:00	7 休日	
8 本部 17:00 武道空手 19:00	9 本部 17:00 本部 19:00	10 本部 17:00	11 山の日	12 夏季休暇 12日～18日迄		14 休日	
15 夏季休暇 12日～18日迄			17	18	19 長町南 18:00 本部 19:30	20 本部 10:30 茂庭台 18:00	21 休日
22 本部 17:00 武道空手 19:00	23 本部 17:00 本部 19:00	24 本部 17:00	25 本部 17:00 武道空手 19:00	26 長町南 18:00 本部 19:30	27 本部 10:30 茂庭台 18:00	28 休日	
29 本部 17:00 武道空手 19:00	30 本部 17:00 本部 19:00	31 本部 17:00	※本部道場に送迎している皆様方へおしらせ 先日、東長町小学校からご指導があり停車の際は、正門の出入口がスムーズに移動出来る様に お願いしますとの連絡がありましたのでご協力をお願い致します。				
※新型コロナウイルス予防対策として稽古時は、(信龍会オリジナルマスクを持参している方は、着用のご協力をお願い致します。		※ツイッターを佐伯拳信(武道空手信龍会)で配信していますので見て頂ければ幸いです。		◆記号の説明◆ 少年部 少年部のみ 一般部 一般部のみ 武道空手 ※中学生から 全年齢 少年・一般合同			

◆特記事項◆

※11日 山の日
※夏季休暇12日～18日迄



武道空手信龍会

本部道場 仙台市太白区郡山5丁目12番1号
電話番号 022(308)2354
支部教室 茂庭台・長町南・東郡山・福田町