

第14回寒稽古のご案内

日にち : 1月6日(土)～8日(月)

参加費 : 無料 (非会員は500円/1コマ)

本部道場は寒稽古中体館となります。

※施設の利用時間変更により、例年と時間が異なります。

場所・時間・内容 :

1月6日(土) 9:00～10:00 四方投げ
 10:30～11:30 一ヶ条
 13:00～14:00 二ヶ条

1月7日(日) 9:00～10:00 三ヶ条
 10:30～11:30 四ヶ条
 14:00～15:00 側面入り身投げ
 15:30～16:30 正面入り身投げ

1月8日(月) 9:00～10:00 肘締め
 10:30～11:30 肘当て呼吸投げ
 13:00～14:00 小手返し

中央区総合スポーツセンター



【最寄りの交通機関】

- 都営地下鉄新宿線浜町駅下車
A2番出口 徒歩2分
- 東京メトロ半蔵門線水天宮前駅下車
7番出口 徒歩10分
- 東京メトロ日比谷線人形町駅下車
A1番出口 徒歩8分
- 都営地下鉄浅草線人形町駅下車
A3番出口 徒歩10分