2023/4/1～		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00		
月	3階　大道場										17:45-19:15 武術 萩澤先生 河田先生	19:30-21:00 専門A(古式)			3階　大道場	月
	4階　中道場			11:00-12:30 健康　萩澤先生							18:20-19:40 初心者　宇式先生	19:45-21:15 武術 宇式先生 尾崎先生			4階　中道場	
	4階　小道場											19:00-20:20 健康 尾崎先生			4階　小道場	
火	3階　大道場			10:30-12:00 武術　宇式先生		13:00-14:30　健康 宇式先生					17:45-19:15 専門B(形意拳)		19:45-21:15 武術 基起先生 高橋先生		3階　大道場	火
	4階　中道場			10:30-12:00 健康　萩澤先生							18:15-19:45 武術 高水先生 安倍先生		19:50-21:10 初心者　高水先生		4階　中道場	
	4階　小道場														4階　小道場	
水	3階　大道場			10:30-12:00 健康　宇式先生		13:00-14:30　武術 宇式先生					17:45-19:15 専門A(古式)	19:30-21:00 専門B(形意拳)			3階　大道場	水
	4階　中道場		10:20-11:50 初心者　奥村先生			13:00-14:30 初心者　奥村先生					18:15-19:35武術初級 高水先生 河田先生		19:45-21:15 武術 高水先生 尾崎先生		4階　中道場	
	4階　小道場											19:00-20:20 初心者　尾崎先生			4階　小道場	
木	3階　大道場			10:45-12:15 専門D(太極剣)		13:00-14:30 専門B(形意拳)		15:00-16:30 専門A(古式)			17:30-19:00 専門C(八卦掌)		19:45-21:15 武術 尾崎先生 高野先生		3階　大道場	木
	4階　中道場			10:30-12:00 健康　杉本先生		13:00-14:30　武術 1/2W 榊原先生 元吉先生 3/4W 阿部先生 杉本先生					18:15-19:45 武術 尾崎先生 下向先生		19:50-21:10 健康　萩澤先生		4階　中道場	
	4階　小道場											19:15-20:35 初心者　安倍先生			4階　小道場	
金	3階　大道場			10:30-12:00 健康　宇式先生		13:00-14:30　武術 宇式先生 芳明先生					17:45-19:15 武術 萩澤先生	19:30-21:00 専門B(形意拳)			3階　大道場	金
	4階　中道場		10:20-11:50 初心者　萩澤先生					15:00-16:30 健康　萩澤先生			18:20-19:40 健康　高橋先生	19:45-21:15 武術 高木先生 高橋先生			4階　中道場	
	4階　小道場										18:15-19:35 武術初級 高木先生				4階　小道場	
土	3階　大道場	要予約 二段未満	9:00-10:20武術初級 高木先生 高橋先生 18名	10:30-11:50 健康　宇式先生		12:30-14:00 武術 高橋先生 尾崎先生		15:15-17:15専門D(太極剣) 15:15-16:40　初級、15:40- 上級		17:30-19:00 専門B(形意拳)		19:15-20:45 専門A(古式)			3階　大道場	土
	4階　中道場			10:20-11:40初心者 高橋先生 14名 要予約			14:00-15:30 武術 高木先生		16:00-17:30 武術 高木先生		17:45-19:15 武術 工藤先生 前川先生				4階　中道場	
	4階　小道場			10:30-12:00 武術初級 高木先生 7名 要予約											4階　小道場	
日	3階　大道場	要予約	9:00-10:20武術初級 高水先生 中野先生18名	10:30-11:50 健康　高水先生		12:45-14:15 専門B(形意拳)	14:30-16:00 専門A(古式)		16:10-18:00 専門C(八卦掌) 16:10-17:30　連環掌・遊身掌・変幻掌 16:40-18:00　双剣・棍			18:30-20:00 専門B(形意拳)			3階　大道場	日
	4階　中道場			10:20-11:40初心者 宇式先生 14名 要予約		12:30-14:00　武術 宇式先生 芳明先生	14:15-15:45　武術 遠藤先生 基起先生 安井先生		16:00-17:30　武術 利根山先生		17:45-19:05 健康　利根山先生				4階　中道場	
	4階　小道場	要予約	9:00-10:20初心者 尾崎先生 7名	10:30-12:00 武術初級 尾崎先生 7名 要予約											4階　小道場	