



# 2025 さがの道場カレンダー



## ■ 稽古日

- ◇ パピークラス 17:50~18:50
- ◇ こどもクラス 19:00~20:00
- ◇ おとなクラス 20:30~21:30  
(第3金曜日は体操の日)

## ■ 体操

- 武道+体操 朝活クラス 9:00~10:30
  - ならびがおか野外稽古 8:00~
- オープン教室 希望者はどなたでも参加できます

## 3月

月	火	水	木	金	土	日
					1 武 朝活クラス	2
3 おむろ	4	5	6	7	8 審査会	9
10 おおつ	11	12 いわくら	13 しんばやし	14 さかの	15 たけのさと	16
17 おむろ	18	19	20 春分の日	21	22 ならびがおか	23
24 31 出張	25	26 いわくら	27	28	29	30 出張

※ 3月8日(土) 審査会 さがの道場にて、9:00より行います

## 4月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	出張 体操教室(上越・糸魚川・長野)					
7 出張	8	9 いわくら	10 しんばやし	11 さかの	12 武 朝活クラス たけのさと	13
14 おむろ	15	16	17	18	19 ならびがおか	20
21	22	23 いわくら	24	25	26 武 朝活クラス	27
28 おむろ	29 昭和の日	30	※25日(金)は会場が使えないため、 26日(土)に朝活を行います			

### 武道+体操 朝活クラス

毎月1回(土曜) 朝 9:00 ~ 10:30  
さがの道場 (ホテルビナリオB1F)

ゆったり きちんと ちょっと  
**ほぐして・整えて・鍛える** 体験は無料です

- 土曜の朝時間を自分の”からだ”と”こころ”磨きに。
- 体操教室からもう一步、踏み込んでみたい?! 方。
- いつもの稽古日に参加できなかった時や、もう1回プラスしたい時、など。

3月1日・4月12日・26日

### 季節の体操教室

季節に合った『からだの整え方・鍛え方』をお伝えします

- ◎ さかの …… 第3(金) 20:30~21:30 さがの道場
- ◎ たけのさと・月1回(土) 15:00~17:00 竹の里会館 ぼたんの間
- ◎ しんばやし …… 第2(木) 19:30~20:30 しんばやし道場
- ◎ おむろ …… 月1回(月) 10:00~12:00 おむろ児童館内  
18:00~20:00 おむろ会議室
- ◎ いわくら …… 月2回(水) 13:00~14:30 山住神社お旅所
- ◎ おおつ …… パーソナルレッスンのみ



おむろ事務所兼自宅での『パーソナルレッスン』好評いただいております。ご希望のある方は、いつでもご連絡ください。



行事や会場の都合などで、稽古日の変更・お休みなどがありますので、お間違いのないようご注意ください。

道場カレンダーは、お家の中の見やすいところに貼っておいてください。

ご連絡お問い合わせ ☎ 075-463-0814 道場事務局 (森垣) ✉ kyoto-nekoshihan@gmail.com

京都さがの道場 検索