ジュニアスポーツカルチャー
本格指導

Hama Spo
Hamamatsu Sports Center
Re・BODY FITNESS

空手（ジュニア・大人）

礼儀作法や型の修練と格闘技としての指導

強靭な精神力と肉体を養います。
不屈の精神力と肉体の強化、ジュニアのお子様には礼儀作法を学びながら調和のとれた成長を促します。もちろん護身術としても学ぶことができます。
女性の方には健康・美容と護身術が身につきます。中高年の方には健康な身体作りにいかがでしょうか。
熟練者には競技空手もあります。

講師/　杉浦　大祐・楠野　俊明
全日本空手道連盟和道会　杉浦錬成塾

ジュニアコース

曜日	時間	対象
火曜日	14:30-15:30	年少～小1程度 指定幼稚園お迎えバスあり
火曜日	15:30-16:30 16:30-17:30	年少～小2程度
火・金曜日	17:30-18:30	年長～中学生
金曜日	19:00-20:00	小学4年生以上
土曜日	14:30-15:30	年長～中学生

大人コース

曜日	時間	対象
火・金曜日	19:00～21:00	大人 （中学生以上）
土曜日	14:00～16:00	

会費　消費税10%対象

週1回コース　／　4,950円（税込）	週2回コース　／　7,920円（税込）

※お正月・GW・祝日等で日程や回数が変更する場合があります。

※スクールバスが利用できます。詳細はフロントまで

◆必要なもの　／トレーニングウェア
※入会後、空手道衣等講師より指導いたします。

◆場所　／　センター内　6F多目的ホール　床

ご入会手続き

1,ご来館
直接ご来館ください。
ご持参いただくもの
●預金口座　●通帳届出印
●初回月会費
●入会金（3300円）
●初回事務手数料（2200円）

2,ご入会手続き
入会申込書と口座振替依頼書にご記入していただきます。
※次月会費は銀行口座からの引落となります。
※休館日（月末2日間・第2日曜日）は受付できない場合があります。

HS　浜松スポーツセンター
浜松市東区宮竹町728番地　TEL/053-460-0100　FAX/053-461-9600

2024年度 カルチャー講座カレンダー

空手（ジュニア・大人）

2024年3月17日改定

幼児	火曜日 14:30～15:30	
ジュニア空手	火曜日 15:30～16:30	
	火曜日 16:30～17:30	
	火・金曜日 17:30～	
	金曜日 19:00～20:00	
	土曜日 14:30～15:30	
大人	火・金曜日 19:00～21:00	
	土曜日 14:00～16:00	

2024	日	月	火	水	木	金	土
4月		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				

2024	日	月	火	水	木	金	土
5月				1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31	

2024	日	月	火	水	木	金	土
6月							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30						

2024	日	月	火	水	木	金	土
7月		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

2024	日	月	火	水	木	金	土
8月					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

2024	日	月	火	水	木	金	土
9月	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30					

2024	日	月	火	水	木	金	土
10月			1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		

2024	日	月	火	水	木	金	土
11月						1	2
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30

2024	日	月	火	水	木	金	土
12月	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31				

2025	日	月	火	水	木	金	土
1月				1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31	

2025	日	月	火	水	木	金	土
2月							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	

2025	日	月	火	水	木	金	土
3月							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30	31					

※□の日は無料送迎バスの運行がありません。ご確認ください。