東御市弓道教室日程について

令和６年４月

令和６年度の教室を下記のとおり行いますので、お知らせいたします

記

1. 日程　　５／11～10／5　　毎週土曜日　　全 20 回
　　５／11・18・25
　　６／1・8・15・22・29
　　７／6・13・20・27
　　８／10・17・24・31
　　９／7・14・28
　　10／5　　予備日：10／12・19・26
　　※　8／3
　　9／21　　はお休み

2. 時間　　１９：３０～２１：００
　　用事などで遅くなっても構いません
　　早退も構いません

3. 場所　　東御市中央公園弓道場

4. 服装等
・運動の出来る服装でお願いします
・ハーフパンツははかない様にお願いします（坐って膝をつく動作があるため）
・靴下または足袋を必ず履いてください（ストッキング不可）
・ボタンのある服、紐のある服はさけてください
・運動時、アクセサリー類は外してください（時計・指輪・ネックレス・ピアスなど）
・髪の長い場合、１つにまとめる様にしてください
・暑い日は、水分補給などの熱中症対策をお願いします

5. その他
　当協会練習日　　毎週　火曜日・金曜日　１８：００～２１：３０
　　土曜日　　１３：３０～１６：００
　　教室以外でもやりたい方は講師へ相談してください
　　教室終了後の指導は、12 月まで可能です

宜しくお願いします