

カザフスタン共和国空手連盟 2018年結城市キャンプ練習スケジュール

日付	曜日	時間	内容	場所
10月2日	火	10時～12時	軽いランニング ストレッチ	鹿窪運動公園 総合体育館アリーナ
		15時～17時	空手（軽め）	
10月3日	水	10時～12時	アジリティ ランニング	鹿窪運動公園 総合体育館アリーナ
		15時～17時	空手	
10月4日	木	10時～12時	ランニング フィットネス	市内道場
		15時～17時	空手	非公開になります
10月5日	金	10時～12時	ランニング パワートレーニング	鹿窪運動公園 武道館
		16時～ 17時30分	空手	
10月6日	土	12時～13時	空手	鹿窪運動公園 武道館
		13時 ～14時30分	交流(講習)会	
10月7日	日	休養日		
10月8日	月・祝	10時～12時	ランニング アジリティ	結城西小学校 体育館
		16時～ 17時30分	空手	
10月9日	火	10時～12時	ジョギング 空手	鹿窪運動公園 総合体育館アリーナ

※見学は可能ですが、急きょ非公開になる場合や、時間・内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

※見学席のご用意はありません。見学場所等、スタッフの指示に従ってください。