IBMA極真会館 増田道場 稽古時間割（2026年）

TRAINING SCHEDULE

道場	クラス／曜日	火	水	木	金	土	日	月
スポーツジム【メガロス八王子】	リトル（年中以上）	16:30-17:20				16:30-17:20		休館日
	ジュニア（小学生以上）	17:30-18:20				17:30-18:20		
	アドバンス（緑帯以上）	18:30-19:20				18:30-19:20		
スポーツジム【ゴールドジム八王子】	一般（中学生以上）			19:30-21:00		18:00-19:30		
スポーツジム【ゴールドジム府中】	一般（中学生以上）	19:30-21:00						
【多摩本部】	少年部合同			17:50-19:00				
	一般（中学生以上）	20:00-21:30		19:30-21:00			10:00-11:30	
【日野】JR日野駅徒歩3分	リトル（年中以上）		16:30-17:30					
	ジュニア（小学3年生以上）		17:50-19:00					
	一般（中学生以上）		19:30-21:00			19:00-20:30		
【調布】京王調布駅徒歩3分	少年部合同				17:30-18:30			
	一般（中学生以上）				19:30-21:00			
【高田馬場】JR高田馬場駅徒歩3分	少年部合同					16:00-17:30		
	一般（中学生以上）	20:00-21:30				10:30-11:40 17:50-19:20		

※稽古時間は変更となる場合があります。最新情報は公式サイトでご確認ください。