

八千代

	月	火	水	木	金	土	日
19:30							
20:00							
20:30							
21:00	21時～22時15分 柔術レギュラークラス	21時～22時15分 柔術レギュラークラス	20時30分～21時45分 柔術基礎クラス	20時30分～21時45分 柔術レギュラークラス	21時～21時30分 ノーギテクニック	21時～22時15分 柔術基礎クラス	
21:30					21時30分～22時15分 スパーリング		
22:00							