

令和7年度			3					火水木 20～22 日 13：30～15：30	水日 18～22	体育館③		
月	日	曜	柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館		
4月	1	火					地区優先日（20～22）					
	2	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	3	木					地区優先日（20～22）					
	4	金										
	5	土										
	6	日	技術審査大会（柔道場・トレ室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会	技術審査大会（会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会 滋賀国スポ二次選考会（8：30～17）長野県弓道連盟強化部			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	7	月										
	8	火					地区優先日（20～22）					
	9	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	10	木					地区優先日（20～22）					
	11	金										
	12	土										
	13	日	第68回松本市市民スポーツ大会春季大会合気道（柔道場 8：30～17）松本市スポーツ協会 【晴がい春】スペシャルオリンピックス長野・卓球（剣道場 13:00～15:00）				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	14	月										
	15	火					地区優先日（20～22）					
	16	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	17	木					地区優先日（20～22）					
	18	金										
	19	土										
	20	日	第68回松本市スポーツ大会春季大会柔道（全館 8：30～15）松本市スポーツ協会	春季中南信四段以下審査会（8：30～17）長野県弓道連盟			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	21	月										
	22	火					地区優先日（20～22）					
	23	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	24	木					地区優先日（20～22）					
	25	金										
	26	土										
	27	日						地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）			
	28	月										
	29	火	第68回松本市市民スポーツ大会春季大会少林寺拳法（柔道場 8：30～17）松本市スポーツ協会				地区優先日（20～22）					
	30	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				

令和7年度			3				火水木 20～22 日 13：30～15：30			水日 18～22			体育館③						
月 日 曜			柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館			乗鞍体育館			木曽路原体育館			寄合渡体育館			
5月	1	木			人工芝化工事		地区優先日（20～22）												
	2	金																	
	3	土																	
	4	日					地区優先日（13：30～15：30）			地区優先日（18～22）									
	5	月																	
	6	火					地区優先日（20～22）												
	7	水					地区優先日（20～22）			地区優先日（18～22）									
	8	木					地区優先日（20～22）												
	9	金																	
	10	土																	
	11	日	技術審査大会（柔道場・トレ室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会【障がい者】スペシャルオリンピックス長野・卓球（剣道場 13:00～15:00）	技術審査大会（会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会				地区優先日（13：30～15：30）			地区優先日（18～22）								
	12	月																	
	13	火						地区優先日（20～22）											
	14	水						地区優先日（20～22）			地区優先日（18～22）								
	15	木						地区優先日（20～22）											
	16	金																	
	17	土	中信高等学校総合体育大会（柔道場 8：30～17）中信高等学校体育連盟柔道専門部																
	18	日	第29回長野県少年少女柔道チャンピオン大会（柔道場 8：30～15）中信柔道連盟	全日本近約県予選会（8：30～16）長野県弓道連盟				地区優先日（13：30～15：30）			地区優先日（18～22）								
	19	月																	
	20	火						地区優先日（20～22）											
	21	水						地区優先日（20～22）			地区優先日（18～22）						狂犬病予防注射（13～14）食品・生活衛生課		
	22	木						地区優先日（20～22）											
	23	金																	
	24	土		第68回松本市市民スポーツ大会春季大会弓道（全館 15～21）松本市スポーツ協会															
	25	日	第68回松本市市民スポーツ大会春季大会古武道（剣道場 8：30～12：30）松本市スポーツ協会 第58回長野県柔道高段者大会（柔道場 8：30～15）中信柔道連盟	第68回松本市市民スポーツ大会春季大会弓道（全館 8：30～18）松本市スポーツ協会				地区優先日（13：30～15：30）			地区優先日（18～22）								
	26	月																	
	27	火						地区優先日（20～22）											
	28	水						地区優先日（20～22）			地区優先日（18～22）								
	29	木						地区優先日（20～22）											
	30	金																	
	31	土																	

令和7年度			3			火水木 20～22 日 13：30～15：30		水日 18～22		体育館③	
月	日	曜	柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館	
6月	1	日	技術審査大会（柔道場・トレ室・会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会	技術審査大会（会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会	人工芝化工事		地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）			
	2	月									
	3	火					地区優先日（20～22）				
	4	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）			
	5	木					地区優先日（20～22）				
	6	金									
	7	土									
	8	日	→昇級昇段審査会（柔道場・11～17）新極真会長野支部 令和7年度中信柔道連盟講習会（8：30～15）中信柔道連盟 【障がい者】スペシャルオリンピックス長野・卓球（剣道場 13:00～15:00）	四段以下講習会（8：30～17）長野県弓道連盟			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）			
	9	月									
	10	火					地区優先日（20～22）				
	11	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）			
	12	木					地区優先日（20～22）				
	13	金									
	14	土									
	15	日	昇級昇段審査会（柔道場 11～17）新極真会長野県支部				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）			
	16	月									
	17	火					地区優先日（20～22）				
	18	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）			
	19	木					地区優先日（20～22）				
	20	金									
	21	土									
	22	日						地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	23	月									
	24	火						地区優先日（20～22）			
	25	水						地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		参議院議員通常選挙（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局
	26	木						地区優先日（20～22）			参議院議員通常選挙（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局
	27	金									参議院議員通常選挙（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局
	28	土				教士研修会（8：30～21）長野県弓道連盟					
	29	日				教士研修会（8：30～16）長野県弓道連盟		地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	30	月									

令和7年度			3				火水木 20～22 日 13：30～15：30			水日 18～22			体育館③		
月	日	曜	柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館					
7月	1	火			人工芝化工事		地区優先日（20～22）								
	2	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	3	木					地区優先日（20～22）								
	4	金													
	5	土		教士研修会（8：30～21）長野県弓道連盟											
	6	日	技術審査大会（柔道場・剣道場・トレ室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会	教士研修会（8：30～16）長野県弓道連盟 技術審査大会（会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）							
	7	月													
	8	火					地区優先日（20～22）								
	9	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	10	木					地区優先日（20～22）								
	11	金													
	12	土								参議院議員選挙投票所（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局					
	13	日	【障がい者】スペシャルオリンピックス長野・卓球（剣道場 13:00～15:00）	中級者講習会（8：30～17）長野県弓道連盟			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		参議院議員選挙投票所（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局					
	14	月													
	15	火					地区優先日（20～22）								
	16	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	17	木					地区優先日（20～22）								
	18	金													
	19	土								参議院議員選挙投票所（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局					
	20	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		参議院議員選挙投票所（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局					
	21	月													
	22	火					地区優先日（20～22）								
	23	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	24	木					地区優先日（20～22）								
	25	金													
	26	土								参議院議員選挙投票所（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局					
	27	日		県道の選手権大会兼全日本道の選手権兼予選会（8：30～17）長野県弓道連盟			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		参議院議員選挙投票所（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局					
	28	月													
	29	火					地区優先日（20～22）								
	30	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	31	木					地区優先日（20～22）								

月 日 曜			柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館
8月	1	金			人工芝化工事					
	2	土								参議院議員選挙投票所（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局
	3	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		参議院議員選挙投票所（全館 8：30～21）選挙管理委員会事務局
	4	月								
	5	火					地区優先日（20～22）			
	6	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	7	木					地区優先日（20～22）			
	8	金								
	9	土								
	10	日	【障がい者】スペシャルオリンピックス長野・卓球（剣道場 13:00～15:00）				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	11	月								
	12	火					地区優先日（20～22）			
	13	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	14	木					地区優先日（20～22）			
	15	金								
	16	土	東日本看護学生弓道大会53回（柔道場・トレーニング室・その他施設 17～21）信州大学医学部弓道部	東日本看護学生弓道大会53回（8:30～21）信州大学医学部弓道部						
	17	日	東日本看護学生弓道大会53回（柔道場・トレーニング室・その他施設 8：30～19）信州大学医学部弓道部	東日本看護学生弓道大会53回（8:30～21）信州大学医学部弓道部			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	18	月	東日本看護学生弓道大会53回（柔道場・トレーニング室・その他施設 8：30～21）信州大学医学部弓道部	東日本看護学生弓道大会53回（8:30～21）信州大学医学部弓道部						
	19	火					地区優先日（20～22）			
	20	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	21	木					地区優先日（20～22）			
	22	金								
	23	土								
	24	日	第3回中信柔道連盟段別大会（柔道場 8：30～12）中信柔道連盟				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	25	月								
	26	火					地区優先日（20～22）			
	27	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	28	木					地区優先日（20～22）			
	29	金								
	30	土								
	31	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		

令和7年度			3				火水木 20～22 日 13：30～15：30	水日 18～22	体育館③			
月	日	曜	柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館		
9月	1	月			人工芝化工事							
	2	火					地区優先日（20～22）					
	3	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	4	木					地区優先日（20～22）					
	5	金										
	6	土										
	7	日	群馬県審査会（柔道場 11～17）新穂真会長野支部 技術審査大会（柔道場・剣道場・トレ室・会議室 8：30～16）松本市少林 寺拳法協会	技術審査大会（会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	8	月										
	9	火					地区優先日（20～22）					
	10	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	11	木					地区優先日（20～22）					
	12	金										
	13	土										
	14	日	【障がい者】スペシャルオリンピックス長野・卓球（剣道場 13:00～15:00）				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	15	月										
	16	火					地区優先日（20～22）					
	17	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	18	木					地区優先日（20～22）					
	19	金										
	20	土										
	21	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	22	月										
	23	火					地区優先日（20～22）					
	24	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	25	木					地区優先日（20～22）					
	26	金										
	27	土	中信高等学校新人体育大会柔道競技（柔道場 8：30～17）中信高等学校体 育連盟柔道専門部									
	28	日	第68回松本市市民スポーツ大会秋季大会古武道（剣道場 8：30～12：30） 松本市スポーツ協会				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	29	月										
	30	火					地区優先日（20～22）					

令和7年度			3				火水木 20～22 日 13：30～15：30			水日 18～22			体育館③		
月	日	曜	柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館					
10月	1	水			人工芝化工事		地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	2	木					地区優先日（20～22）								
	3	金													
	4	土													
	5	日	秋期中信式段以下審査会の事前講習会（柔道場 8：30～17）長野県弓道連盟 →技術審査大会（柔道場→トレーニング会場→8：30～16）松本市少林寺拳法協会	秋期中信式段以下審査会の事前講習会（8：30～17）長野県弓道連盟			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）							
	6	月													
	7	火					地区優先日（20～22）								
	8	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	9	木					地区優先日（20～22）								
	10	金													
	11	土													
	12	日	令和7年度中信柔道連盟講習会（柔道場 8：30～15）中信柔道連盟 【障がい者】スペシャルオリンピックス長野・卓球（剣道場 13:00～15:00）	第68回松本市市民スポーツ大会秋季大会弓道（全館 15～21）松本市スポーツ協会			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）							
	13	月	第68回松本市市民スポーツ大会秋季大会少林寺拳法（柔道場 8：30～17）松本市スポーツ協会	第68回松本市市民スポーツ大会秋季大会弓道（全館 8：30～18）松本市スポーツ協会											
	14	火					地区優先日（20～22）								
	15	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	16	木					地区優先日（20～22）								
	17	金													
	18	土													
	19	日	第68回松本市市民スポーツ大会秋季大会合気道（柔道場 8：30～17）松本市スポーツ協会	秋期中信式段以下審査会の事前講習会（8：30～17）長野県弓道連盟		長野県聴覚障害者スポーツ大会（全面 8：30～18）障がい福祉課	地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）							
	20	月													
	21	火					地区優先日（20～22）								
	22	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	23	木					地区優先日（20～22）								
	24	金													
	25	土													
	26	日	第68回松本市スポーツ大会秋季大会柔道（全館 8：30～15）松本市スポーツ協会				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）							
	27	月													
	28	火					地区優先日（20～22）								
	29	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）							
	30	木					地区優先日（20～22）								
	31	金													

和7年度

3

火水木 20～22 日 13：30～15：30

水日 18～22

体育館③

月	日	曜	柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館
11月	1	土								
	2	日	練成会（柔道場 8：30～17）新極真会員野支部				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	3	月								
	4	火					地区優先日（20～22）			
	5	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	6	木					地区優先日（20～22）			
	7	金								
	8	土								
	9	日	松本マラソン（5～10）スポーツ事業推進課	松本マラソン（5～10）スポーツ事業推進課			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	10	月								
	11	火					地区優先日（20～22）			
	12	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	13	木					地区優先日（20～22）			
	14	金								
	15	土								
	16	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	17	月								
	18	火					地区優先日（20～22）			
	19	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	20	木					地区優先日（20～22）			
	21	金								
	22	土								
	23	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	24	月								
	25	火					地区優先日（20～22）			
	26	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	27	木					地区優先日（20～22）			
	28	金								
	29	土								
	30	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		

月 日 曜			柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館
12月	1	月							休場日	
	2	火					地区優先日（20～22）			
	3	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	4	木					地区優先日（20～22）			
	5	金								
	6	土								
	7	日	昇級昇段審査会（柔道場 11～17）新極真会長野支部 技術審査大会（兼道場一剣道場・トレ室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会	技術審査大会（会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	8	月								
	9	火					地区優先日（20～22）			
	10	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	11	木					地区優先日（20～22）			
	12	金								
	13	土								
	14	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	15	月								
	16	火					地区優先日（20～22）			
	17	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	18	木					地区優先日（20～22）			
	19	金								
	20	土								
	21	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	22	月								
	23	火					地区優先日（20～22）			
	24	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	25	木	鹿児島市・松本市スポーツ交流事業（8：30～17）スポーツ事業推進課	鹿児島市・松本市スポーツ交流事業（8：30～17）スポーツ事業推進課			地区優先日（20～22）			
	26	金	鹿児島市・松本市スポーツ交流事業（8：30～17）スポーツ事業推進課	鹿児島市・松本市スポーツ交流事業（8：30～17）スポーツ事業推進課						
	27	土								
	28	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	29	月	休館日	休館日						
	30	火					地区優先日（20～22）			
	31	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		

令和7年度			3					火水木 20～22 日 13：30～15：30	水日 18～22	体育館③		
月	日	曜	柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館		
1月	1	木	休館日	休館日			地区優先日（20～22）		休場日			
	2	金										
	3	土										
	4	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	5	月										
	6	火					地区優先日（20～22）					
	7	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	8	木					地区優先日（20～22）					
	9	金										
	10	土										
	11	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	12	月										
	13	火					地区優先日（20～22）					
	14	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	15	木					地区優先日（20～22）					
	16	金										
	17	土										
	18	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	19	月										
	20	火					地区優先日（20～22）					
	21	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	22	木					地区優先日（20～22）					
	23	金										
	24	土										
	25	日	技術審査大会（柔道場・トレ室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会	技術審査大会（会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）				
	26	月										
	27	火					地区優先日（20～22）					
	28	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）				
	29	木					地区優先日（20～22）					
	30	金										
	31	土										

月	日	曜	柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館
2月	1	日	長野県柔道選手権大会（柔道場・談話室・会議室 8：30～15） 中信柔道連盟	滋賀国スポ二次選考会（8：30～17：00） 長野県弓道連盟			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）	休場日	
	2	月								
	3	火					地区優先日（20～22）			
	4	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	5	木					地区優先日（20～22）			
	6	金								
	7	土								
	8	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	9	月								
	10	火					地区優先日（20～22）			
	11	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	12	木					地区優先日（20～22）			
	13	金								
	14	土								
	15	日	技術審査大会（柔道場・剣道場・トレ室・会議室 8：30～16） 松本市少林寺拳法協会 令和7年度中信柔道連盟講習会（柔道場 8：30～15） 中信柔道連盟	技術審査大会（会議室 8：30～16） 松本市少林寺拳法協会			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	16	月								
	17	火					地区優先日（20～22）			
	18	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	19	木					地区優先日（20～22）			
	20	金								
	21	土								
	22	日	令和7年度中信小学生柔道大会（柔道場 8：30～15） 中信柔道連盟				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	23	月								
	24	火					地区優先日（20～22）			
	25	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	26	木					地区優先日（20～22）			
	27	金								
	28	土								

月 日 曜			柔剣道場	弓道場	四賀屋内ゲートボール場	波田屋内ゲートボール場	安曇体育館	乗鞍体育館	木曽路原体育館	寄合渡体育館
3月	1	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）	休場日	
	2	月								
	3	火					地区優先日（20～22）			
	4	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	5	木					地区優先日（20～22）			
	6	金								
	7	土								
	8	日	技術審査大会（柔道場・トレ室一会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会	技術審査大会（会議室 8：30～16）松本市少林寺拳法協会			地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	9	月								
	10	火					地区優先日（20～22）			
	11	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	12	木					地区優先日（20～22）			
	13	金								
	14	土								
	15	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	16	月								
	17	火					地区優先日（20～22）			
	18	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	19	木					地区優先日（20～22）			
	20	金								
	21	土								
	22	日	昇級昇段審査会（柔道場 11～17）新極真会長野支部				地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	23	月								
	24	火					地区優先日（20～22）			
	25	水					地区優先日（20～22）	地区優先日（18～22）		
	26	木					地区優先日（20～22）			
	27	金								
	28	土								
	29	日					地区優先日（13：30～15：30）	地区優先日（18～22）		
	30	月								
	31	火					地区優先日（20～22）			