

令和8年 講道館寒稽古実施要項

1. 期間

2026年1月7日（水）
～1月16日（金）10日間



2. 時間

午前6時～8時
※始め式 1月7日（水） 午前7時
納め式 1月16日（金） 午前7時30分
※鏡開式は、1月11日（日）午前10時より（当日朝の寒稽古も通常通り行う）

3. 場所

講道館 大道場

4. 参加資格

講道館員でQRコード付きの有効な館員証を所持する者（切り替えがまだの者は、当日もしくは事前に切り替えること）

5. 参加費

寒稽古のみの参加の場合、道場費 3,300円(税込)で参加が可能

1月の道場費納入者、男子四段、女子参段以上の者は別途費用不要

6. 指導

講道館指導員が分担する

7. 皆出席希望者

(1) 申込方法

参加をする者は、講道館4階道場受付にて館員証を提示のうえ、2025年12月19日（金）までに申し込むこと

(2) 出席点呼

皆出席申込者は、毎日午前7時または8時に出席点呼を受けること

(3) 皆出席証

寒稽古中9日以上出席した者には、皆出席証を授与する

8. その他

- ・寒稽古終了後の粥食の提供は行わない
- ・寒稽古中は、夕方、夜間の通常の稽古は行わない
- ・寒稽古中に撮影された写真、動画等は、機関紙『柔道』、HP、カレンダーその他当館が認める柔道普及に関わる広報活動に掲載、使用される場合がある
(当館の許諾を受けたテレビ局等の配信、新聞、雑誌、関連ホームページ等の公開を含む)

以上