

時間割

2020/10～

	日	月	火	水	木	金	土	
10:00	高等講座 51期			高等講座 51期			中等講座 52期	10:00
11:00	【倉又】			【福井】			【和穎】	11:00
12:00								12:00
13:00	プロ養成			プロ復習講座			初等講座 53期	13:00
14:00	旧プロ ～		登録制 自主練習会	旧プロ ～		登録制 自主練習会	【福井】	14:00
15:00	48期			48期				15:00
16:00	体操&自主練習会 15:45～ ～16:30			体操&自主練習会 15:45～ ～16:30			プロ基礎 49・50期 【福井】 【鈴木】	16:00
17:00								17:00
18:00								18:00
19:00			中等講座 52期 【倉又】	初等講座 53期 【早川】			朝日 カルチャー ※隔週 第2・4	19:00
20:00								20:00
21:00								21:00

自主練習等に関するご注意

- ・ 授業と授業の間の休み時間はどなたでも道場を利用できます
- ・ 3階小道場については2階が授業中でも利用できます

自分の履修済みの講座には自由に参加できます

火曜、金曜日の自主練習は、登録制自主練習会に登録して下さい

初等講座生(53期)は で塗り分けられた

水曜日の初等講座(18時半～20時半)と土曜日の初等講座(13時～15時)、

火・金の自主練習会、および、月に数回ある、日曜日、水曜日の

体操&自主練習会(15時45分～16時30分)に参加できます

(※第2・4水曜日16時～17時30分は、高等講座生以上を対象とした型講座のため、

体操&自主練習会はありません。)

※この時間割表は初等講座生配布用です

井本整体 東京本部 事務局