

# 時間割

2021/10～

	日	月	火	水	木	金	土	
10:00	中等講座 54期			中等講座 54期			初等講座 55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			高等講座 53期	13:00
14:00	旧プロ ～		登録制 自主練習会	旧プロ ～			【福井】	14:00
15:00	50期			50期				15:00
16:00				レベルアップ講座(隔週) 16:00～ ～16:45			プロ基礎 51・52期 【福井】 【鈴木】	16:00
17:00								17:00
18:00			初等講座 55期	高等講座 53期			朝日 カルチャー ※隔週 第2・4	18:00
19:00			【倉又】	【早川】				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
- 上級生は自分の履修済みの講座には自由に参加できます

初等講座生(55期)は  で塗り分けられた  
火曜日の初等講座(18時～20時)と土曜日の初等講座(10時～12時)、  
火の自主練習会、および、第2・4水曜日のレベルアップ講座  
(16時00分～16時45分頃)に参加できます。

※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