

時間割

2025/10～

	日	月	火	水	木	金	土	
10:00	初等講座 63期			初等講座 63期			高等講座 61期	10:00
11:00	【倉又】 【和穎】			【福井】			【和穎】	11:00
12:00								12:00
13:00	プロ養成			プロ復習講座			中等講座 62期	13:00
14:00	旧プロ ～	基礎復習講座 (第2・第4)	自主練習会	旧プロ ～			【福井】	14:00
15:00	58期	《プロ基礎講座以上》 【和穎】		58期				15:00
16:00				レベルアップ講座(隔週) 16:00～ ～16:45			プロ基礎 59・60期 【福井】 【鈴木】	16:00
17:00								17:00
18:00			高等講座 61期	中等講座 62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

自主練習等に関してのご注意

- ・ 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
- ・ 祝日の日は通常講座は休講となります。

初等講座生(63期)は 水曜 で塗り分けられた
水曜日の初等講座(10時～12時)と日曜日の初等講座(10時～12時)、
火曜の自主練習会、および、第2・4水曜日のレベルアップ講座
(隔週16時00分～16時45分頃)に参加できます。

井本整体 東京本部 事務局