

時間割

2017/4～

	日	月	火	水	木	金	土	
10:00	中等講座 45期			中等講座 45期			初等講座 46期	10:00
11:00	【倉又】			【福井】				11:00
12:00								12:00
13:00	プロ養成			プロ復習講座			高等講座 44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	41期			41期				15:00
16:00	体操&自主練習会 15:45～ ～16:30			女性講座 (第2・4)			プロ基礎 42・43期	16:00
17:00				16:00～	7:30		【福井】	17:00
18:00								18:00
19:00			初等講座 46期	高等講座 44期			朝日 カルチャー	19:00
20:00				【早川】			※隔週 第2・4	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
- 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（46期）は で塗り分けられた
土曜日の初等講座（10時～12時）と火曜日の初等講座（18時半～20時半）、
第2・4水曜日の女性講座（16時～17時半）、火・金の自主練習会
および日曜日、第1・3水曜日の体操&自主練習会（15時45分～16時30分）

井本整体 東京本部 事務局

