

	月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	
11:00					メディカル 小池	ベーシック3 劉		11:00	ベーシック1 脇田	メディカル 齋藤	24式 脇田	9:30~11:30 IMT2級(小池)	メディカル 劉	ベーシック1 齋藤	0:00~13:00 IMT3級(小澤)	11:00
13:00					扇(初級) 市来崎	扇 劉		13:00	24式 劉	杆 市来崎	ベーシック 脇田	12:30~16:30 IMT2級(永木)	扇(初級) 市来崎	24式 齋藤	4:00~16:00 IMT2級(市)	13:00
15:00					扇 王	メディカル 小池		15:00	ベーシック3 王	ベーシック 市来崎	24式★ 齋藤	有料コース 王	扇 王	陳式★ 劉		15:00
17:00					ベーシック3 王	ヒーリング 小池		17:00	24式 王	24式 王	ベーシック2 王	24式 王	ベーシック 王	16:30 楊式 劉		17:00
19:00					24式 王			19:00		ベーシック1 王	24式 王	ベーシック3 劉	32式剣 齋藤			19:00

	月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日	
	15	16	17	18	19	20	21		22	23	24	25	26	27	28	
11:00	ベーシック2 脇田	メディカル 齋藤	24式 脇田	9:30~12:30 IMT2級(山口)	メディカル 劉	ベーシック2 齋藤	10:00~13:00 IMT3級(ヨウコ)	11:00	ベーシック3 脇田	メディカル 齋藤	24式 脇田	9:30~12:30 IMT2級(劉)	メディカル 小池	ベーシック3 齋藤	0:00~13:00 MT3級(ヨウコ)	11:00
13:00	24式★ 脇田	扇(上級) 市来崎	ベーシック 脇田	3:30~16:30 IMT2級(山口)	杆 市来崎	扇★ 劉		13:00	24式★ 脇田	杆 市来崎	ベーシック 脇田	ベーシック 王	扇(初級) 市来崎	32式剣 齋藤		13:00
15:00	陳式 劉	コンディショ 市来崎	24式★ 齋藤	有料コース 王	24式 王	4:00~17:00 T3級(市、小澤)		15:00	陳式 劉	ベーシック 市来崎	24式★ 齋藤	有料コース 王	陳式★ 劉	メディカル 齋藤		15:00
17:00	42式 劉	有料コース 王	ベーシック2 王	24式 王	ベーシック3 王			17:00	42式 劉	有料コース 王	ベーシック2 王	24式 王	ベーシック3 齋藤	ヒーリング 小池		17:00
19:00	ダイエット 王	ベーシック1 王	24式 王	メディカル 小池	32式剣 齋藤			19:00	ダイエット 王	ベーシック1 王	24式 王	メディカル 小池	32式剣 齋藤			19:00

※スケジュールは予告なしに変更になる場合がございます。最新情報は、スタジオ・インフォメーションボードをご覧ください

太極拳

	月	火	水
	29	30	31
11:00	ベーシック3 脇田	ベーシック1 齋藤	24式 脇田
13:00	24式★ 劉	扇(上級) 市来崎	ベーシック 脇田
15:00	陳式 劉	コンディショ 市来崎	24式★ 齋藤
17:00	24式 王	有料コース 王	ベーシック2 王
19:00	ダイエット 王	ベーシック1 王	24式 王

お知らせ

年末年始の休業日は、12/28~1/4までとさせていただきます。
(金)市来崎IR特別クラスは12:30スタートとなりますのでご注意ください。

オリジナルプログラム (ビギナー・トライアル体験向け)

- ベーシック** 基本動作・呼吸法(8式) ベーシック1は前の動作
ベーシック2は左右後の動作 ベーシック3は前後左右の動作
- メディカル** 健康効果を目的としたプログラム
- ヒーリング** 心身を緩める癒しのプログラム
- ダイエット** ダイエット効果を目的としたプログラム
- コンディショ** 心のケア・ストレス解消を目的としたプログラム

- 陳式** 伝統的太極拳の原点となる拳式。力強い動作があるのが特徴。
- 24式** ビギナーからステップアップの拳式。
- 扇** 扇を用いたプログラム。

IMT 資格講座 IMT 国際メディカルタイチ協会
メディカルタイチ 資格講座
※受講料が別途必要です。

ご予約・お問い合わせはこちらまで
TEL: 03-6264-3344 ✉ ginza@taichistudio.jp