

	木 1	金 2	土 3	日 4	月 5	火 6	水 7		木 8	金 9	土 10	日 11	月 12	火 13	水 14	
11:00	ベーシック3 脇田	24式 陳入	24式 陳	メディカル 陳	カンフー扇 市来崎 有料 1500円	24式 脇田		11:00	ベーシック1 脇田	メディカル 小澤	ベーシック2 陳	24式 松浦	メディカル 脇田	24式 脇田入		11:00
13:00	24式 脇田	ベーシック1 脇田	扇 陳	陳式 劉	24式 陳入	ベーシック2 脇田		13:00	24式 脇田入	ベーシック3 陳	扇 陳	ダイエット 松浦	24式 脇田	ベーシック2 脇田		13:00
15:00	ダイエット 脇田	42式太極拳 陳 有料 1000円	メディカル 小澤	32式太極剣 劉 有料 1000円	陳式 陳入	ベーシック3 陳		15:00	ダイエット 脇田	42式太極剣 陳 有料 1000円	24式 陳入	ベーシック1 陳	陳式 陳入	メディカル 小澤		15:00
17:00			ヒーリング 小澤	24式 陳入	3級講座 16:15~19:15			17:00		ベーシック1 脇田	ヒーリング 小澤	ベーシック2 陳	ベーシック3 陳			17:00
19:30	メディカル 小澤	ベーシック2 脇田			ヒーリング 小澤	24式 陳入		19:30	メディカル 小澤	24式 脇田				ヒーリング 小澤		19:30

	木 15	金 16	土 17	日 18	月 19	火 20	水 21		木 22	金 23	土 24	日 25	月 26	火 27	水 28	
11:00	ベーシック3 脇田	24式 陳入	ベーシック2 陳	24式 松浦入	カンフー扇 市来崎 有料 1500円	24式 脇田入		11:00	ベーシック1 脇田	メディカル 小澤	24式 陳入	メディカル 陳	カンフー扇 市来崎 有料 1500円	24式 脇田	3級講座 9:30~12:30	11:00
13:00	24式 脇田	ベーシック1 脇田	扇 陳	ダイエット 松浦	コンディション 市来崎	ベーシック3 脇田		13:00	24式 脇田	ヒーリング 小澤	扇 陳	陳式 劉	ベーシック2 陳	メディカル 脇田		13:00
15:00	ダイエット 脇田	42式太極拳 陳 有料 1000円	メディカル 小澤	ベーシック1 陳	陳式 陳入	メディカル 小澤		15:00	ダイエット 脇田	42式太極剣 陳 有料 1000円	ベーシック3 陳	32式太極剣 劉 有料 1000円	陳式 陳入	ベーシック1 陳		15:00
17:00			ヒーリング 小澤	ベーシック2 陳				17:00	3級講座 16:15~19:15		ヒーリング 小澤	ダイエット 陳				17:00
19:30	メディカル 小澤	ベーシック2 脇田			24式 陳入	ヒーリング 小澤		19:30	ヒーリング 小澤	ベーシック1 陳			メディカル 小澤	24式 陳		19:30

※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

	木 1	金 2	土 3
11:00			
13:00			
15:00			
17:00			
19:30			

お知らせ

- ・松浦インストラクターが市川でレッスンをを行います。  
南拳元日本チャンピオン、世界第3位の實力者&イケメンIRですよ！
- ・「42式太極剣」のレッスンが始まります！ぜひご参加を

オリジナルプログラム レベル1 (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8式一通り致しま

**ダイエット** ダイエット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  
シューズ不要で参加頂けます

**メディカル** 健康効果を目的としたプログラム

**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。

太極拳

- 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。  
入門は前半の動作を行います。
- 扇** 扇を用いたプログラム。

特別レッスン

- ①カンフー扇の参加には、  
1レッスン分と1500円が必要となります(90分レッスンです)
- ②32式太極剣と42式太極剣の参加には  
1レッスンと1000円と剣が必要となります(60分レッスンです)

ご予約・お問合せはこちらまでTEL:047-318-2118

ichikawa@taichistudio.jp