

	日	月	火	水	木	金	土		日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	
11:00	24式 陳 入門	ベーシック2 陳	メディカル 脇田		24式 陳 入門	メディカル 小澤	気功 張	11:00	24式 陳	特別企画 市来崎 有料 1500円	24式 脇田		24式 脇田 入門	コンディショ 小澤	24式 陳	11:00
13:00	陳式 劉	24式 陳	24式 脇田 入門		メディカル 陳	コンディショ 小澤	パワー 張	13:00	ベーシック3 陳	コンディショ 小澤	ベーシック1 脇田		パワー 脇田	ヒーリング 小澤	楊式扇 陳 有料 1500円	13:00
15:00	32式剣 劉 有料 1000円	陳式 陳 入門	ベーシック3 陳		ベーシック2 陳	42式剣 陳 有料 1000円	扇 陳	15:00	パワー 張	陳式 陳 入門	メディカル 陳		ベーシック3 脇田	42式太極拳 陳 有料 1500円	ベーシック2 陳	15:00
17:00	パワー 陳						ベーシック1 陳	17:00	メディカル 張						ヒーリング 小澤	17:00
19:30		ベーシック3 脇田	24式 陳		ヒーリング 小澤	24式 陳 入門		19:30		ベーシック2 陳	陳式 陳 入門		24式 陳	ベーシック1 陳	IMT3級 18:30~21:30 小澤	19:30

	日	月	火	水	木	金	土		日	月	火	水	木	金	土	
	15	16	17	18	19	20	21		22	23	24	25	26	27	28	
11:00	メディカル 劉	特別企画 松浦 有料 1500円	24式 脇田		メディカル 脇田	コンディショ 小澤	気功 張	11:00	メディカル 陳	カンフー扇 市来崎 有料 1500円	24式 脇田		ベーシック3 脇田	IMT3級 9:30~12:30 小澤	メディカル 劉	11:00
13:00	陳式 劉	パワー 松浦	特別企画 脇田 有料 2000円		24式 脇田	ベーシック1 脇田	パワー 張	13:00	陳式 劉	ベーシック2 脇田	メディカル 脇田		24式 脇田	メディカル 小澤	扇 陳	13:00
15:00	24式 陳	コンディショ 小澤	メディカル 小澤		ベーシック2 脇田	ヒーリング 小澤	メディカル 小澤	15:00	32式剣 劉 有料 1000円	陳式 陳 入門	24式 陳		パワー 脇田	42式剣 陳 有料 1000円	ベーシック1 劉	15:00
17:00	パワー 陳	ヒーリング 小澤					ヒーリング 小澤	17:00	24式 陳 入門	コンディショ 小澤					24式 陳	17:00
19:30			コンディショ 小澤		ヒーリング 小澤	24式 脇田 入門		19:30		24式 脇田	ベーシック1 陳		ヒーリング 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

	日	月	火
	29	30	31
11:00	24式 陳	カンフー扇 市来崎 有料 1500円	メディカル 脇田
13:00	陳式 劉	ベーシック3 脇田	24式 脇田 入門
15:00	32式剣 劉 有料 1000円	陳式 陳 入門	ベーシック2 陳
17:00	パワー 陳		24式 陳
19:30		24式 脇田 入門	ヒーリング 小澤

お知らせ

- ・陳インストラクターの「楊式扇」が始まりますよ！是非ご参加下
- ・特別企画の内容は裏面にあります。大人気の企画なのでお申し込みはどうぞお早目に！

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
- パワータイチ** 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
- コンディショ** 太極拳をするための身体作りを目的としたプログラム

- 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。

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。

特別レッスン

①カンフー扇の参加には、42式太極拳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)
※剣のレンタル 500円

ご予約・お問合せはこちらまでTEL:047-318-2118