

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7		月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 14	
11:00	カンフー扇 市来崎 有料 1500円	メディカル 脇田		ベーシック1 脇田	メディカル 小澤	ベーシック1 張	ベーシック1 陳	11:00	24式 陳	ベーシック3 脇田		ベーシック1 脇田	メディカル 小澤	ベーシック2 陳	メディカル 陳	11:00
13:00	24式 脇田	ベーシック2 脇田		24式 脇田 入門	ヒーリング 小澤	楊式扇 陳 有料 1500円	24式 陳	13:00	コンディショ 小澤	24式 脇田		24式 脇田 入門	コンディショ 小澤	扇 陳	陳式 劉	13:00
15:00	陳式 陳 入門	ベーシック3 陳		コンディショ 小澤	42式剣 陳 有料 1000円	メディカル 張	気功 張	15:00	陳式 陳 入門	メディカル 陳		パワー 脇田	ベーシック3 陳	42式太極拳 陳 有料 1500円 入門	32式剣 劉 有料 1000円	15:00
17:00						24式 陳 入門	パワー 張	17:00	ヒーリング 小澤			IMT 3級 16:00~19:00 小澤		ヒーリング 小澤	24式 陳 入門	17:00
19:00	ベーシック 脇田	24式 陳		ヒーリング 小澤	24式 陳			19:00		ベーシック 陳		コンディショ 小澤	24式 陳			19:00

	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20	日 21		月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27	日 28	
11:00	ベーシック 陳	24式 脇田 入門		ベーシック2 陳	コンディショ 小澤	24式 陳	ベーシック1 劉	11:00	特別企画 市来崎 有料 1500円	24式 脇田 入門		ベーシック1 脇田	メディカル 小澤	ベーシック1 陳	24式 陳 入門	11:00
13:00	24式 脇田	ベーシック2 脇田		24式 陳 入門	ヒーリング 小澤	楊式扇 陳 有料 1500円	楊式 劉 有料 1500円	13:00	ベーシック2 脇田	ベーシック3 脇田		パワー 脇田	ヒーリング 小澤	扇 陳	陳式 劉	13:00
15:00	陳式 陳 入門	ベーシック 陳		メディカル 小澤	42式剣 陳 有料 1000円	メディカル 小澤	メディカル 陳	15:00	陳式 陳 入門	コンディショ 小澤		24式 脇田 入門	24式 陳	42式太極拳 陳 有料 1500円 入門	32式剣 劉 有料 1000円	15:00
17:00						コンディショ 小澤	24式 陳	17:00						ヒーリング 小澤	ベーシック3 陳	17:00
19:00	ベーシック3 脇田	陳式 陳 入門		ヒーリング 小澤	24式 陳 入門			19:00	24式 脇田	ヒーリング 小澤		コンディショ 小澤	ベーシック 陳	IMT 3級 18:15~21:15 小澤		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

	月 29	火 30	水 31
11:00	カンフー扇 市来崎 有料 1500円	24式 脇田	
13:00	ベーシック1 脇田	ベーシック3 脇田	
15:00	コンディショ 小澤	ヒーリング 小澤	
17:00			
19:00	24式 脇田 入門	コンディショ 小澤	

**お知らせ**

10月のお知らせの詳細は裏面をご参照ください

**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** ベーシックは8式一通り致します。 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4式(ベーシック1+2)
- 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** 姿勢を意識した筋肉にアプローチした  
レッスンです

- 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。
  - IMT 資格講座** IMT 国際医療タイチ協会  
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・お問合せはこちらまでTEL:047-318-2118  
ichikawa@taichistudio.jp