

2026年8月

26年7月							26年9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		27	28	29	30			

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	31	1
2 12時～15時：女動法 男性参加可 16時～19時：個別 要予約	3	4	5	6	7	8 13時～19時：個別 要予約
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22 13時～15時：動法 16時～19時：個別 要予約
23	24	25	26	27	28	29 13時～19時：個別 要予約
30 15時～17時： 動法基礎	31	つなしま稽古場 担当：小泉明美（技術研究員） 連絡先：070- 1358-4471 koizumi@ymobile.ne.jp 初めての方のご連絡ください。 稽古日以外をご希望の方のご連絡ください。				

2026年9月

26年8月							26年10月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1					1	2	3
2	3	4	5	6	7	8	4	5	6	7	8	9	10
9	10	11	12	13	14	15	11	12	13	14	15	16	17
16	17	18	19	20	21	22	18	19	20	21	22	23	24
23	24	25	26	27	28	29	25	26	27	28	29	30	31
30	31												

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13 12時～15時：動法 16時～19時：個別 要予約	14	15	16	17	18	19 13時～19時：個別 要予約
20	21	22	23	24	25	26
27 15時～17時： 動法基礎	28	29	30	1	2	3
4	5	つなしま稽古場 担当：小泉明美（技術研究員） 連絡先：070- 1358-4471 koizumi@ymobile.ne.jp 初めての方のご連絡ください。 稽古日以外をご希望の方のご連絡ください。				