

入門セミナー in 東京

2017年7~12月スケジュール

講座名の後の()内は講師名

● 東京 ゆる体操 入門セミナー		本社：運動総研本社教室／Cスペース：運動総研Cスペース	
7月15日(土)	13:00~15:30 ゆる体操入門E (江波戸) [Cスペース]	10月14日(土)	13:00~15:30 ゆる体操入門B (星子) [Cスペース]
7月19日(水)	14:30~17:00 ゆる体操入門D (迎) [本社]	10月28日(土)	13:00~15:30 ゆる体操入門C (江波戸) [Cスペース]
9月9日(土)	13:00~15:30 ゆる体操入門D (長谷川) [Cスペース]	11月1日(水)	14:30~17:00 ゆる体操入門B (迎) [本社]
9月13日(水)	14:30~17:00 ゆる体操入門E (迎) [本社]	11月11日(土)	13:00~15:30 ゆる体操入門D (大澤) [Cスペース]
9月23日(土・祝)	13:00~15:30 ゆる体操入門A (遠藤) [Cスペース]	12月2日(土)	13:00~15:30 ゆる体操入門E (星子) [Cスペース]
10月4日(水)	14:30~17:00 ゆる体操入門A (迎) [本社]	12月13日(水)	14:30~17:00 ゆる体操入門C (迎) [本社]

● 東京 ゆるウォーク 入門セミナー		本社：運動総研本社教室／Cスペース：運動総研Cスペース	
8月26日(土)	10:00~12:30 ゆるウォーク入門A (大澤) [本社]	11月3日(金・祝)	10:00~12:30 ゆるウォーク入門A (遠藤) [Cスペース]
8月26日(土)	13:30~16:00 ゆるウォーク入門B (大澤) [本社]	11月3日(金・祝)	13:30~16:00 ゆるウォーク入門B (遠藤) [Cスペース]

● 東京 基礎ゆる 入門セミナー		本社：運動総研本社教室／Cスペース：運動総研Cスペース	
7月5日(水)	14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	10月29日(日)	16:00~18:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
7月8日(土)	9:30~12:00 基礎ゆる入門 (下瀬) [本社]	11月5日(日)	16:00~18:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
7月23日(日)	16:00~18:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	11月22日(水)	14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
9月20日(水)	14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	12月10日(日)	16:00~18:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
9月24日(日)	13:00~15:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	12月20日(水)	14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
10月11日(水)	14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]		

● 東京 ゆるトレーニング 入門セミナー		本社：運動総研本社教室／Cスペース：運動総研Cスペース	
7月12日(水)	14:30~17:00 ゆるトレ入門A (迎) [本社]	10月29日(日)	13:00~15:30 ゆるトレ入門B (迎) [本社]
7月23日(日)	13:00~15:30 ゆるトレ入門B (迎) [本社]	11月5日(日)	13:00~15:30 ゆるトレ入門A (迎) [本社]
9月6日(水)	14:30~17:00 ゆるトレ入門B (迎) [本社]	11月15日(水)	14:30~17:00 ゆるトレ入門B (迎) [本社]
9月24日(日)	16:00~18:30 ゆるトレ入門A (迎) [本社]	12月6日(水)	14:30~17:00 ゆるトレ入門A (迎) [本社]
10月18日(水)	14:30~17:00 ゆるトレ入門A (迎) [本社]	12月10日(日)	13:00~15:30 ゆるトレ入門B (迎) [本社]

入門セミナー in 大阪

2017年7~12月スケジュール

講座名の後の()内は講師名

● 大阪 ゆる体操 入門セミナー		UHA：味覚糖UHA館	
ゆる体操入門セミナーは集中講座期間などに開催する予定です。			

● 大阪 ゆるトレーニング 入門セミナー		UHA：味覚糖UHA館	
7月9日(日)	10:50~13:20 ゆるトレ入門A (小野) [UHA]	10月22日(日)	10:50~13:20 ゆるトレ入門B (小野) [UHA]
8月20日(日)	10:50~13:20 ゆるトレ入門B (小野) [UHA]	11月12日(日)	10:50~13:20 ゆるトレ入門A (小野) [UHA]
9月3日(日)	10:50~13:20 ゆるトレ入門A (小野) [UHA]	12月3日(日)	10:50~13:20 ゆるトレ入門B (小野) [UHA]

鍛錬会 in 東京

2017年7~12月スケジュール

講座名の後の()内は講師名

● 東京 基礎ゆる&ゆるゆる棒 徹底鍛錬会		本社：運動総研本社教室／Cスペース：運動総研Cスペース	
7月29日(土)	13:00~16:45 基礎ゆる&ゆるゆる棒 (下瀬) [Cスペース]	11月25日(土)	13:00~16:45 基礎ゆる&ゆるゆる棒 (下瀬) [Cスペース]