

入門セミナー in 東京

2018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7日(土) 13:00~15:30 ゆる体操入門A (江波戸) [Cスペース]	10月21日(日) 16:00~18:30 ゆる体操入門E (迎) [本社]
7月18日(水) 14:30~17:00 ゆる体操入門C (迎) [本社]	10月27日(土) 13:00~15:30 ゆる体操入門A (長谷川) [Cスペース]
7月28日(土) 13:00~15:30 ゆる体操入門B (星子) [Cスペース]	11月10日(土) 13:00~15:30 ゆる体操入門B (遠藤) [Cスペース]
9月12日(水) 14:30~17:00 ゆる体操入門E (迎) [本社]	11月21日(水) 14:30~17:00 ゆる体操入門D (迎) [本社]
9月24日(月・祝) 10:00~12:30 ゆる体操入門C (江波戸) [Cスペース]	11月23日(金・祝) 13:00~15:30 ゆる体操入門C (大澤) [Cスペース]
9月29日(土) 13:00~15:30 ゆる体操入門D (星子) [Cスペース]	12月1日(土) 13:00~15:30 ゆる体操入門E (星子) [Cスペース]
10月3日(水) 14:30~17:00 ゆる体操入門A (迎) [本社]	12月12日(水) 14:30~17:00 ゆる体操入門B (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25日(土) 10:00~12:30 ゆるウォーク入門A (大澤) [本社]	11月3日(土・祝) 10:00~12:30 ゆるウォーク入門A (遠藤) [本社]
8月25日(土) 13:30~16:00 ゆるウォーク入門B (大澤) [本社]	11月3日(土・祝) 13:30~16:00 ゆるウォーク入門B (遠藤) [本社]

● 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11日(水) 14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	10月28日(日) 13:00~15:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
7月15日(日) 16:00~18:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	11月14日(水) 14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
7月22日(日) 13:00~15:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	11月18日(日) 13:00~15:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
9月9日(日) 16:00~18:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	12月5日(水) 14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
9月19日(水) 14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	12月9日(日) 16:00~18:30 基礎ゆる入門 (迎) [本社]
10月17日(水) 14:30~17:00 基礎ゆる入門 (迎) [本社]	12月16日(日) 13:00~15:30 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4日(水) 14:30~17:00 ゆるトレ入門B (迎) [本社]	10月28日(日) 16:00~18:30 ゆるトレ入門A (迎) [本社]
7月15日(日) 13:00~15:30 ゆるトレ入門A (迎) [本社]	11月7日(水) 14:30~17:00 ゆるトレ入門A (迎) [本社]
7月22日(日) 16:00~18:30 ゆるトレ入門B (迎) [本社]	11月18日(日) 16:00~18:30 ゆるトレ入門B (迎) [本社]
9月5日(水) 14:30~17:00 ゆるトレ入門A (迎) [本社]	12月9日(日) 13:00~15:30 ゆるトレ入門B (迎) [本社]
9月9日(日) 13:00~15:30 ゆるトレ入門A (迎) [本社]	12月16日(日) 16:00~18:30 ゆるトレ入門A (迎) [本社]
10月10日(水) 14:30~17:00 ゆるトレ入門B (迎) [本社]	12月19日(水) 14:30~17:00 ゆるトレ入門B (迎) [本社]
10月21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

2018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8日(日) 10:50~13:20 ゆるトレ入門A (小野) [UHA]	10月7日(日) 10:50~13:20 ゆるトレ入門B (小野) [UHA]
8月5日(日) 10:50~13:20 ゆるトレ入門B (小野) [UHA]	11月4日(日) 10:50~13:20 ゆるトレ入門A (小野) [UHA]
9月2日(日) 10:50~13:20 ゆるトレ入門A (小野) [UHA]	12月2日(日) 10:50~13:20 ゆるトレ入門B (小野) [UHA]

鍛錬会 in 東京

2018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

9月22日(土) 13:00~16:45 基礎ゆる&ゆるゆる棒 (下瀬) [本社]	12月15日(土) 13:00~16:45 基礎ゆる&ゆるゆる棒 (下瀬) [本社]
---	--