

2026年4月

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

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11 13時～19時：個別 要予約
12 15時～17時：動法	13	14	15	16	17	18 13時～19時：個別 要予約
19 12時～15時：女動法 16時～19時：個別 要予約	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29 13時～19時：個別 要予約	30	1	2
3	4	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				