

# 2018年 4月

TAOプレイス

- 内** • 内功探求
- 練** • 練気柔真法
- ヨ** • ヨーガと呼吸法

- 気A** • 気功・太極拳(二十四式)
- 気B** • 気功・太極拳(陳式)
- 気C** • 気功・太極拳(陳式上級)

- 少** • 少林内功一指立禅 & 小周天氣功
- ワ** • TAO Oneness Club(ワンネスクラブ)
- SST** • TAOサポートスタッフ・トレーニング

(★:和乃会)

日	月	火	水	木	金	土
1	2 内 18:30~	3 練 10:00~	4 気A 10:00~	5 少 18:30~	6 呼 10:00~ ワ 18:30~	7 気B 10:00~ 練 13:00~ ワ 13:00~★ 気C 16:00~
8 ●心とからだの リラックスワーク 10:00~12:30	9 内 18:30~	10 練 10:00~	11 気A 10:00~	12 少 18:30~	13 呼 10:00~ ワ 18:30~	14 気B 10:00~ 練 13:00~ ワ 13:00~★ 気C 16:00~
15	16 内 18:30~	17 休み	18 気A 10:00~	19 少 18:30~	20 呼 10:00~ ワ 18:30~	21 気B 10:00~ 練 13:00~ ワ 13:00~★ 気C 16:00~
22 ●和乃会 健康セミナー 10:00~12:00	23 SST 18:30~	24 練 10:00~	25 気A 10:00~	26 少 18:30~	27 呼 10:00~ ワ 18:30~	28 気B 10:00~ 練 13:00~ ワ 13:00~★ 気C 16:00~
29	30 休み	5/1 練 10:00~ (4/17の振替修練)	2	3	4	5

★★★4月の「休講日」にご注意ください！★★★

・17日(火)「練気柔真法コース」休講 ⇒ ▲振替修練日は、5/1日(火)です。