

# ゴルコア 1月スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	
8:00						8:30-9:30 第3-5週		
10:00	10:00-11:00 第1/3/5週	10:00-11:00 第2/4週	水・木・金の日中は下記にて ゴルフピラティス+ゴルフレッスン を担当しています。  <b>セサミゴルフスクール大船</b> 水・木・金 11:00~12:00 金:12:30~13:30  <b>鎌倉ピラティスゴルフスクール</b> 水・木 13:00-15:00 場所: 鎌倉天園ゴルフ練習場 (鎌倉パブリックゴルフ場併設)				10:30-11:30 第1/4週	
11:00								
12:00	11:30-12:30 第1/3/5週	11:30-12:30 第2/4週					11:30-12:30 第3-5週	12:00-13:00 第1/4週
13:00	13:00-14:00 第1/3/5週	13:00-14:00 第2/4週					13:00-14:00 第3-5週	
14:00							13:30-14:30 第1/4週	
15:00	14:30-15:30 第2-4週 第1/3/5週	14:30-15:30 第2/4週				14:30-15:30 第3-5週	15:00-16:00 第1/3-5週	
16:00	16:00-16:30 ゴルフピラティス オンライン レッスン 第1-3/5週	16:00-17:00 第1/3週				16:00-16:30 ゴルフピラティス オンライン レッスン	16:45-17:30 オンライン レッスン ピラティス	
17:00						17:00-18:00		
18:00	18:00-19:00	18:00-19:00	18:00-19:00	18:00-19:00	18:00-19:00 第1/3週		18:00-19:00	
19:00								
20:00	19:30-20:30	19:30-20:30	19:30-20:30	19:30-20:30	19:30-20:30 第1/3週			
21:00								

★全てパーソナル(個人)またはセミパーソナル(2人)レッスン(ピラティス・ゴルフピラティス共通)対応可能です。

★金曜日:15:00~17:00にレッスンご希望の場合は、ご相談ください。

★オンラインレッスンについて:

・ZOOMアプリを使ったグループレッスンとなります。HPお問合せフォームからお申込ください。  
 詳細をご案内させていただきます。

★パーソナルのオンラインレッスンをご希望の場合は、HPお申込フォームよりお申込みください。

ご予約方法:メールまたはお電話にて事前にご連絡ください(上記時間以外にレッスンご希望の方はご相談ください。)

TEL:03-6809-2626 アドレス:info@golcore.com

※なお、スケジュールは変更されることがありますので、最新の情報はHPのスケジュールをご確認ください。