

ゴルコア 10月スケジュール

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|--|-------------|---|-------------------|--|--|---|
| 7:00 | | | | | | | |
| 10:00 | 10:00-11:00 | 10:00-11:00 | 鎌倉YOGA ゴルフスクール | 鎌倉YOGA ゴルフスクール | 鎌倉YOGA ゴルフスクール | | 7:30-8:15 第2/4週 オンライン レッスン ゴルフピラティス |
| 11:00 | | | 水・木・金 鎌倉YOGAゴルフスクール ゴルフピラティス+ゴルフレッスン 10:00-12:00 及び 12:30-14:30 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) | | | | |
| 12:00 | 11:30-12:30 | 11:30-12:30 | | | | | |
| 13:00 | 13:00-14:00 | 13:00-14:00 | | | | 12:45-13:45 | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 15:00 | 14:30-15:30 | 14:30-15:30 | | | ★金曜日の 14~17:00に レッスン ご希望の場合 はご相談 ください | 14:15-15:15 | |
| 16:00 | 16:00-16:30 ゴルフピラティス オンライン レッスン 初級 | 16:00-17:00 | | | | 15:45-16:45 | 15:00-16:00 第1週 |
| 17:00 | | | | | | | 16:45-17:30 第1週 オンライン レッスン ピラティス |
| 18:00 | 18:00-19:00 | 18:00-19:00 | 18:00-19:00 | 18:00-19:00 | 18:00-18:30 第1/3週 オンライン レッスン ピラティス初級 | 17:30-18:00 ゴルフピラティス オンライン レッスン 初級 | 18:00-19:00 第1/2/4週 |
| 19:00 | | | | | | | |
| 20:00 | 19:30-20:30 | 19:30-20:30 | 19:30-20:30 | 19:30-20:30 | 19:00-20:00 第1/3週 | | ※第2/4週 17:30-18:15 オンライン レッスン ピラティス |
| 21:00 | 21:00-22:00 | | | | 20:30-21:30 第1/3週 | | |

★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: 14:00~17:00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。