

ゴルコア 1月スケジュール

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 8:00 | | | | | | | 8:30-9:15 第4週 オンライン ゴルフピラティス |
| 10:00 | 10:00-11:00 第1/3/4週 | 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 | | |
| 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) | | | | 10:30-11:30 第4週 |
| 12:00 | 11:30-12:30 第1/3/4週 | 11:30-12:30 | | | | | |
| 13:00 | 13:00-14:00 第1/3/4週 | 13:00-14:00 | | | | 13:00-14:00 第3/4/5週 | |
| 14:00 | | | | | | | 13:30-14:30 第4週 |
| 15:00 | 14:30-15:30 第1/3/4週 | 14:30-15:30 | | | | 14:30-15:30 第3/4/5週 | |
| 16:00 | 16:00-16:30 ゴルフピラティス オンライン レッスン | 16:00-17:00 第1/3週 | | | ★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 | 16:00-16:30 ゴルフピラティス オンライン レッスン | 15:00-16:00 第3/4/5週 |
| 17:00 | 第2週17:00~ | | | | | 17:00-18:00 | 16:45-17:30 第2~5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 | 18:00-19:00 第3/5週 | | 18:00-19:00 第2~5週 |
| 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3/5週 | | |
| 21:00 | 21:00-22:00 | | | | 21:00-22:00 第3/5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。