楊名時太極拳教室一覧表2023年６月18日作成（魚沼・加茂・長岡・阿賀町・zoom）

地区	教室名	曜日	回数	時間	場所	指導者	連絡先
魚沼	佐藤（敏）	土	第１、２、３	午後１：３０～３：００	魚沼トレーニングセンターヤッコム	佐藤敏春	０２５－２１１－４６９９
加茂	藤田	金	第２、４	午後１：３０～３：００	加茂市ゆきつばき荘	藤田修子	０９０－４３６２－７７５０
長岡	藤田	木	第１、３	午後１：１５～２：４５	イオン長岡　カルチャープラザ長岡	藤田修子	０９０－４３６２－７７５０
阿賀町	稲生	火	毎週	午前１０：００～午後１２：００	ふるさと交流川屋敷	稲生節子	０２５４－９２－２１６５
	長谷川	水	毎週	午後７：００～８：４５	ふるさと交流川屋敷	長谷川キヨ子	０２５４－９２－２８９０
	長谷川	木	毎週	午後１：３０～３：１５	ふるさと交流川屋敷	長谷川キヨ子	０２５４－９２－２８９０
	稲生	金	毎週	午後７：００～９：００	ふるさと交流川屋敷	稲生節子	０２５４－９２－２１６５
zoom	藤田	不定期	第２、４	相談によって決める	zoomによる自宅での講座	藤田修子	０９０－４３６２－７７５０