

















































	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
10:00			CLOSE			 10:00~11:00 ベーシックテクニッククラス	 10:00~11:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)	
11:00	 11:00~12:00 レギュラークラス	 11:00~12:00 レギュラークラス			 11:00~12:00 ボディメイク&ムービング	 11:00~12:00 レギュラークラス	 11:10~12:10 レギュラークラス	 11:10~12:10 キッズ&ジュニア コンペティションクラス (小学生・中学生)
12:00								 12:10~13:10 レギュラークラス
13:00	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン			 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン
14:00	 プライベートレッスン	 14:00~15:00 ボディメイク&ムービング			 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン
15:00	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン			 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン
16:00							 16:00~17:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)	 16:00~17:00 ボディメイク& ムービング
17:00	 17:00~18:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)	 17:00~18:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)			 17:00~18:00 体操&ノーギークラス (幼稚園・小中学生)	 17:00~18:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)	 17:10~18:40 キッズ&ジュニア コンペティションクラス (小学生・中学生)	 17:10~18:10 キッズクラス (幼稚園・小中学生)
18:00								CLOSE
19:00	 18:50~19:50 ジュニアクラス (小学生低帯・高学年・中学生)	 18:50~19:50 ジュニアクラス (小学生低帯・高学年・中学生)			 18:50~19:50 体操&ジュニアノーギークラス (小学生低帯・高学年・中学生)	 18:50~19:50 ジュニアクラス (小学生低帯・高学年・中学生)		
20:00	 20:00~21:00 白帯限定クラス	 20:00~21:00 ベーシックテクニッククラス			 20:00~21:00 白帯限定クラス	 20:00~21:00 ベーシックテクニッククラス	 20:00~21:00 レギュラークラス	
21:10	 21:10~22:10 レギュラークラス	 21:10~21:40 フリーマット		 21:10~22:10 レギュラークラス	 21:10~22:10 レギュラークラス			