



















































※毎週土曜日は「レディースデー」といたしまして、女性会員様はレギュラークラスにご参加いただけます。

※フリーマットには必ず一名以上のスタッフも付きます。テクニック等アドバイスさせていただきますので、お気軽にお声がけ下さい。

2022.7~9

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
10:00		 10:00~11:00 フィジカルトレーニング	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	 11:10~12:10 レギュラークラス		 11:00~12:00 ベーシックテクニッククラス	 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 ファミリー美術クラス	
12:00				 12:00~12:30 フリーマット			 12:20~13:20 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	 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	
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 フィジカルトレーニング
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 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)	 17:10~18:10 コンペティションクラス	 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 (低学年色帯・高学年・中学生)	 18:50~19:50 ジュニアクラス (低学年色帯・高学年・中学生)		 18:50~19:50 ジュニアクラス (低学年色帯・高学年・中学生)	 18:50~19:50 ジュニアクラス (低学年色帯・高学年・中学生)	 19:00~20:00 レギュラークラス		
20:00	 20:00~21:00 ベーシックテクニッククラス	 20:00~21:00 ベーシックテクニッククラス	 20:00~21:00 ベーシックテクニッククラス	 20:00~21:00 ベーシックテクニッククラス				
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 ノーギクラス	 21:10~22:10 レギュラークラス				