

2022

7月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
27	28	29	30	01 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	02 15:30 プレクラス 16:15 B/Cクラス 18:30 Aクラス	03 10:30 ポアント初級/ 上級合同 12:00 特別クラス
04	05 10:30 Mクラス 12:00 Mポアントクラス 19:00 A/Bクラス	06 19:30 M/Aクラス	07 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス	08 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	09 15:30 プレクラス 16:15 B/Cクラス 18:30 Aクラス	10 10:30 ポアント初級/ 上級合同 12:00 特別クラス
11	12 10:30 Mクラス 12:00 Mポアントクラス 19:00 A/Bクラス	13 19:30 M/Aクラス	14 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス	15 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	16 15:30 プレクラス 16:15 B/Cクラス 18:30 Aクラス	17 10:30 ポアント初級/ 上級合同 12:00 特別クラス
18	19 10:30 Mクラス 12:00 Mポアントクラス 19:00 A/Bクラス	20 19:30 M/Aクラス	21 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス	22 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	23 15:30 プレクラス 16:15 B/Cクラス 18:30 Aクラス	24 お休み
25	26 10:30 Mクラス 12:00 Mポアントクラス	27 19:30 M/Aクラス	28 11:00 ストレッチ 13:00 A/Bクラス 15:00 C/D/Eクラス 15:30 特別クラス	29 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	30 10:00 特別クラス	31 10:30 ゲストクラス 12:30 特別クラス

メモ: