

2023

2月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
30	31	01 19:30 M/Aクラス	02 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス	03 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	04 15:30 プレクラス 16:15 B/Cクラス 18:30 Aクラス	05 10:30 AB合同 11:30 特別クラス
06	07 10:30 Mクラス 19:00 A/Bクラス	08 19:30 M/Aクラス	09 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス	10 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	11 建国記念日 10:30 特別クラス	12 10:30 AB合同 11:30 特別クラス
13	14 10:30 Mクラス 19:00 A/Bクラス	15 19:30 M/Aクラス	16 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス	17 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	18 15:30 プレクラス 16:15 B/Cクラス 18:30 Aクラス	19 10:30 ゲストクラス 11:30 特別クラス
20	21 10:30 Mクラス 19:00 A/Bクラス	22 19:30 M/Aクラス	23 天皇誕生日 10:00 特別クラス	24 10:30 Mクラス 19:00 Aクラス	25 15:30 プレクラス 16:15 B/Cクラス 18:30 Aクラス	26 10:30 AB合同 11:30 特別クラス
27	28 10:30 Mクラス 19:00 A/Bクラス	01	02	03	04	05