

2023

6月

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