

2025

7月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
30	01	02	03	04 10:30 Mクラス 19:00 A/Bクラス	05 15:30 プレ・Eクラス 17:30 A/Bクラス	06 10:30 A/B/C/M (振替レッスン)
07 10:30 Mクラス	08	09	10	11 10:30 Mクラス 19:00 A/Bクラス	12 15:30 プレ・Eクラス 17:30 A/Bクラス	13 10:30 ゲストクラス
14	15 10:30 Mクラス	16 19:30 M/Aクラス	17 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス 19:30 Aクラス	18 10:30 Mクラス 19:00 A/Bクラス	19 15:30 プレ・Eクラス 17:30 A/Bクラス	20 10:00 ポイント(初級) 11:30 ポイント(上級)
21	22 10:30 Mクラス	23 19:30 M/Aクラス	24 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス 19:30 Aクラス	25 10:30 Mクラス 19:00 A/Bクラス	26 15:30 プレ・Eクラス 17:30 A/Bクラス	27 10:00 ポイント(初級) 11:30 ポイント(上級)
28	29 10:30 Mクラス	30 19:30 M/Aクラス	31 11:00 ストレッチ 16:15 D/Eクラス 17:30 B/Cクラス 19:30 Aクラス	01	02	03