

9月

| 月曜日        | 火曜日              | 水曜日                | 木曜日                                                             | 金曜日                              | 土曜日                                 | 日曜日                                   |
|------------|------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| 01         | 02<br>10:30 Mクラス | 03<br>19:30 M/Aクラス | 04<br>11:00 ストレッチ<br>16:15 D/Eクラス<br>17:30 B/Cクラス<br>19:30 Aクラス | 05<br>10:30 Mクラス<br>19:00 A/Bクラス | 06<br>15:30 プレ・Eクラス<br>17:30 A/Bクラス | 07<br>10:30 ポイント(合同)<br>初級:60分 上級:90分 |
| 08         | 09<br>10:30 Mクラス | 10<br>19:30 M/Aクラス | 11<br>11:00 ストレッチ<br>16:15 D/Eクラス<br>17:30 B/Cクラス<br>19:30 Aクラス | 12<br>10:30 Mクラス<br>19:00 A/Bクラス | 13<br>15:30 プレ・Eクラス<br>17:30 A/Bクラス | 14<br>10:30 ポイント(合同)<br>初級:60分 上級:90分 |
| 15<br>敬老の日 | 16<br>10:30 Mクラス | 17<br>19:30 M/Aクラス | 18<br>11:00 ストレッチ<br>16:15 D/Eクラス<br>17:30 B/Cクラス<br>19:30 Aクラス | 19<br>10:30 Mクラス<br>19:00 A/Bクラス | 20<br>15:30 プレ・Eクラス<br>17:30 A/Bクラス | 21<br>塚本士郎先生<br>ワークショップ               |
| 22         | 23<br>秋分の日       | 24<br>19:30 M/Aクラス | 25<br>11:00 ストレッチ<br>16:15 D/Eクラス<br>17:30 B/Cクラス<br>19:30 Aクラス | 26<br>10:30 Mクラス<br>19:00 A/Bクラス | 27<br>15:30 プレ・Eクラス<br>17:30 A/Bクラス | 28<br>10:30 ゲストクラス<br>(A/B/Mクラス)      |
| 29         | 30<br>10:30 Mクラス | 01                 | 02                                                              | 03                               | 04                                  | 05                                    |