

2026

9 月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
31	01 10:30 Mクラス 11:30 Mポアント 19:30 Aクラス	02 19:30 Mクラス	03 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	04 10:30 Mクラス 12:10 M・Vクラス 19:00 A/Bクラス	05 15:30 E/Pクラス 17:30 A/Bクラス	06 10:30 上級ポアント 13:00 初級ポアント
07	08 10:30 Mクラス 11:30 Mポアント 19:30 Aクラス	09 19:30 Mクラス	10 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	11 10:30 Mクラス 12:10 M・Vクラス 19:00 A/Bクラス	12 15:30 E/P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 11:30 Mポアント 19:30 Aクラス	16 19:30 M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 12:10 M・Vクラス 19:00 A/Bクラス	19 15:30 E/Pクラス 17:30 A/Bクラス	20 10:30 上級ポアント 13:00 初級ポアント
21 敬老の日	22 国民の休日 お休み	23 秋分の日 お休み	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 12:10 M・Vクラス 19:00 A/Bクラス	26 15:30 E/Pクラス 17:30 A/Bクラス	27 10:30 上級ポアント 13:00 初級ポアント
28	29 10:30 Mクラス 11:30 Mポアント 19:30 Aクラス	30 19:30 Mクラス 21:00 Vクラス	01	02	03	04