	月	火	水	木	金	土	日	
9:30								12:10
9:40								12:20
9:50						ジュニア①② 9:50-10:50 1 H	ジュニア①② 9:50-10:50 1 H	12:30
10:00	施設開放 10:00~12:00 要予約 （祝日を除く） 非会員の方もご利用いただけます							10:00
10:10								10:10
10:20								10:20
10:30								10:30
10:40								10:40
10:50								10:50
11:00						キッズ レッ スン 11:00-12:00 1H	キッズ レッスン 11:00-12:00 1H	11:00
11:10								11:10
11:20								11:20
11:30								11:30
11:40								11:40
11:50								11:50
12:00								12:00
12:10								12:10
12:20								12:20
12:30								12:30
12:40								12:40
12:50								12:50
13:00						ジュニア①② 13:00-14:00 1 H	ジュニア①② 13:00-14:00 1 H	13:00
13:10								13:10
13:20								13:20
13:30								13:30
13:40								13:40
13:50								13:50
14:00								14:00
14:10						ジュニア①② 14:15-15:15 1H		14:10
14:20								14:20
14:30							アクロバット レッスン 14:45-15:25 1H	14:30
14:40								14:40
14:50								14:50
15:00								15:00
15:10								15:10
15:20								15:20
15:30	ジュニア レッスン 15:30-16:30 1 H	キッズ レッスン 15:30-16:30 1H		キッズ レッスン 15:30-16:30 1H	キッズ レッスン 15:30-16:30 1H	アスリート 15:30-16:50 80分		15:30
15:40								15:40
15:50								15:50
16:00							上級 レッスン 15:50-17:00 70分	16:00
16:10								16:10
16:20								16:20
16:30								16:30
16:40		ジュニア レッスン 15:30-16:30 1H						16:40
16:50				ジュニア レッスン 16:45-17:45 1 H	ジュニア レッスン 16:45-17:45 1 H			16:50
17:00								17:00
17:10								17:10
17:20								17:20
17:30		ジュニア レッスン 17:30-18:30 1H						17:30
17:40								17:40
17:50								17:50
18:00		ジュニア レッスン 16:45-17:45 1 H		ジュニア レッスン 18:00-19:00 1H	アクロバット レッスン 18:00-19:10 1H			18:00
18:10								18:10
18:20								18:20
18:30								18:30
18:40								18:40
18:50								18:50
19:00								19:00
19:10		上級 レッスン 19:10-20:20 1H		上級 レッスン 19:10-20:20 1H	アクロバット レッスン 19:20-20:30 1H			19:10
19:20								19:20
19:30								19:30
19:40								19:40
19:50								19:50
20:00								20:00
20:10								20:10
20:20								20:20
20:30		バク転教室 20:30-21:50 (1.2H)						20:30
20:40					バク転教室 20:40-22:00 (1.2H)			20:40
20:50								20:50
21:00								21:00
21:10								21:10
21:20								21:20
21:30								21:30
21:40								21:40
21:50								21:50
22:00								22:00