	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
10:10															10:10
10:20															10:20
10:30															10:30
10:40															10:40
10:50	10:00~12:00														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	要予約														11:30
11:40	（祝日を除く）														11:40
11:50	非会員の方もご利用いただけます														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		キッズ レッスン 16:30-17:30 1H													16:30
16:40				ジュニア レッスン 16:45-17:45 1 H											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 18:00-19:00 1H			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								19:10
19:20									アクロバット レッスン 19:20-20:30 1H						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