

月		火		水		木		金		土		日	
千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA	
	13:30-15:00 ピラティス					13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラ I II		13:15-14:15 Vaクラス	
										14:30-16:00 初級	15:00-17:00 Sクラス		
										16:15-17:15 PA			
18:30-20:00 ジュニアP	17:00-18:30 プレ I	16:00-17:00 エンジェル	17:00-18:30 プレ I	17:00-18:30 プレ I II		18:30-19:20 コンクール特級		18:30-19:20 コンクール特級					
20:00-20:30 コンクール特級	18:30-19:00 コンクール特級	17:15-18:45 プレ II	18:30-19:20 コンクール特級	18:30-19:20 コンクール特級		19:30-21:00 キッズ・ジュニア		19:30-21:00 キッズ・ジュニア					
	19:30-21:00 超初級	19:30-21:00 フリーP中級	19:30-21:00 フリーP中級	19:30-21:00 フリーP中級									
8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
10:30-12:00 超初級	10:30-12:00 入門			10:30-12:00 初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				12:15-13:15 PA		11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA		12:30-14:00 プラ I II		13:15-14:15 Vaクラス	
	13:30-15:00 バー&グランジヤップ			13:30-14:30 Vaクラス						14:30-16:00 初級	15:00-17:00 Sクラス		
										16:15-17:15 PA			
18:30-20:00 ジュニアP	17:00-18:30 プレ I	16:00-17:00 エンジェル	17:00-18:30 プレ I	17:00-18:30 プレ I II		18:30-19:20 コンクール特級		18:30-19:20 コンクール特級					
20:00-20:30 コンクール特級	18:30-19:00 コンクール特級	17:15-18:45 プレ II	18:30-19:20 コンクール特級	18:30-19:20 コンクール特級		19:30-21:00 バー&グランジヤップ		19:30-21:00 キッズ・ジュニア					
	19:30-21:00 超初級	19:30-21:00 フリーP中級	19:30-21:00 フリーP中級	19:30-21:00 バー&グランジヤップ									
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	10:00-11:00 ジャイロキネシス			10:30-12:00 初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
	11:15-12:45 入門			12:15-13:15 PA		11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA		12:30-14:00 プラ I II		13:15-14:15 Vaクラス	
	13:30-15:00 バー&グランジヤップ			13:30-14:30 Vaクラス						14:30-16:00 初級	15:00-17:00 Sクラス		
										16:15-17:15 PA			
	17:00-18:30 プレ I	16:00-17:00 エンジェル	17:00-18:30 プレ I	17:00-18:30 プレ I II		18:30-19:20 コンクール特級		18:30-19:20 コンクール特級					
	18:30-19:00 コンクール特級	17:15-18:45 プレ II	18:30-19:20 コンクール特級	18:30-19:20 コンクール特級		19:30-21:00 バー&グランジヤップ		19:30-21:00 キッズ・ジュニア					
	19:30-21:00 超初級	19:30-21:00 フリーP中級	19:30-21:00 フリーP中級	19:30-21:00 バー&グランジヤップ									
22	23	24	25	26	27	28	29	30	◆担当講師				
10:30-12:00 超初級				10:30-12:00 初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				12:15-13:15 PA		11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA		12:30-14:00 プラ I II		13:15-14:15 Vaクラス	
				13:30-14:30 Vaクラス						14:30-16:00 初級			
										16:15-17:15 PA			
18:30-20:00 ジュニアP	17:00-18:30 プレ I	16:00-17:00 エンジェル	17:00-18:30 プレ I	17:00-18:30 プレ I II		18:30-19:20 コンクール特級		18:30-19:20 コンクール特級					
20:00-20:30 コンクール特級	18:30-19:00 コンクール特級	17:15-18:45 プレ II	18:30-19:20 コンクール特級	18:30-19:20 コンクール特級		19:30-21:00 バー&グランジヤップ		19:30-21:00 キッズ・ジュニア					
	19:30-21:00 超初級	19:30-21:00 フリーP中級	19:30-21:00 フリーP中級	19:30-21:00 バー&グランジヤップ									
	10:30-12:00 入門			◆担当講師									
				三尾幸子									
	13:30-15:00 バー&グランジヤップ			藤村奈緒子									
				大下智子									
	17:00-18:30 プレ I												
18:30-20:00 ジュニアP	18:30-19:00 コンクール特級												
20:00-20:30 コンクール特級	19:30-21:00 超初級												

★水曜19:30-21:00に新規クラスとして、ジュニア世代や大人も自由に受けられる「フリーポワント中級」を開講します！ポワントブラッシュアップにぜひどうぞ！！

ジャイロキネシス・ピラティスクラスはヨガマットを各自ご持参ください。