

月	火	水	木	金	土	日
24 ★全てのグループレッソンは 2名以上揃えば開催します	25	26	27	28	1 10:00 IRG 水	2
3 19:00 IRG 長	4 11:00 IRG 溝	5 12:00 IRG 水 18:00 IRG 水	6 10:00 IRG 三 21:00 IRG 長	7 10:00 ZEN 長 20:00 IRG 水	8 10:00 IRG 水	9 13:00 IRG 水
10 19:00 IRG 長	11 11:00 IRG 溝	12 12:00 IRG 水 18:00 IRG 水	13 10:00 IRG 三 21:00 IRG 長	14 10:00 ZEN 長	15 10:00 IRG 水	16
17 19:00 IRG 長	18 11:00 IRG 溝	19 12:00 IRG 水 18:00 IRG 水	20 春分の日 休	21 20:00 IRG 水	22 10:00 IRG 水	23
24 19:00 IRG 長	25 11:00 IRG 溝	26 12:00 IRG 水 18:00 IRG 水	27 10:00 IRG 三 21:00 IRG 長	28 10:00 ZEN 長 20:00 IRG 水	29 10:00 IRG 水	30
31 19:00 IRG 長	1	2	3	<b>レッスン</b> IRG : リフォーマー ZEN : ゼンガ		<b>インストラクター</b> 長 : 長谷川 三 : 三浦 溝 : 溝渕 水 : 水野