

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