

月	火	水	木	金	土	日
26	27	28	29	30	31	1
						13:00 IRG 水
2	3	4	5	6	7	8
		13:00 IRG 土 18:00 IRG 水	12:00 IRG 水 21:00 ZEN 長	10:00 IRG 長 19:00 IRG 水	10:00 ZEN 長 19:00 IRG 水	10:00 IRG 水 13:00 IRG 水
9	10	11 建国記念の日 休	12	13	14	15
		13:00 IRG 土	10:00 IRG 長 21:00 IRG 長	19:00 IRG 水		13:00 IRG 水
16	17	18	19	20	21	22
		13:00 IRG 土 18:00 IRG 水	12:00 IRG 水 21:00 ZEN 長	10:00 IRG 長 21:00 ZEN 長	10:00 ZEN 長 19:00 IRG 水	10:00 IRG 水 13:00 IRG 水
23 天皇誕生日 休	24	25	26	27	28	1
		12:00 IRG 水 18:00 IRG 水	10:00 IRG 長 21:00 IRG 長	10:00 ZEN 長 19:00 IRG 水	10:00 IRG 水	
★全てのグループレッスンは 2名以上揃えば開催します		<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 水 : 水野 土 : 土田	
						8