

月	火	水	木	金	土	日
23 ★全てのグループレッスンは 2名以上揃えば開催します ★水曜日 10 時からの IRG は、 初級者向けレッスンです	24	25 インストラクター 田：田澤 堀：堀田 中：中島 長：長谷川 稲：稲川 溝：溝渕 水：水野			28	1 13:00 IRG 長
2 11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 21:00 TB 田	3 11:00 IRG 溝	4 10:00 IRG 堀 21:00 IRG 水	5 10:00 IRG 溝 21:00 SB 田	6 10:00 TB 託 田 21:00 ZEN 稲	7	8 13:00 IRG 長
9 11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 20:00 TB 田 21:00 IRG 稲	10 11:00 IRG 溝	11 10:00 IRG 堀	12 10:00 IRG 溝 21:00 BOX 田	13 10:00 SB 田 11:15 TB 託 田 21:00 JUM 稲	14	15 13:00 IRG 長
16 11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 21:00 TB 田	17 11:00 IRG 溝	18 10:00 IRG 堀 21:00 IRG 水	19 10:00 IRG 溝 20:00 HAL 田 21:00 HAL 田	20 春分の日 休	21	22 13:00 IRG 長
23 11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 20:00 TB 田 21:00 IRG 稲	24 11:00 IRG 溝	25 10:00 IRG 堀	26 10:00 IRG 溝 21:00 BOX 田	27 10:00 TB 託 田 21:00 JUM 稲	28	29
30 11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 21:00 TB 田	31 11:00 IRG 溝	1	2	<p>レッスン名</p> <p>IRG：リフォーマー BOX：ボクササイズ TB：トータルバー HAL：ヘイロー SB：サーフボード JUM：ジャンプ ZEN：ゼンガ MAT：マット</p> <p>※「託」は託児可能</p>		