

月	火	水	木	金	土	日
29	30	1	2	3	4	5
★全てのグループレッスンは 2名以上揃えば開催します		10:00 IRG 堀 21:00 IRG 水	10:00 IRG 溝 21:00 SB 田	10:00 TB 託 田		13:00 IRG 長
★水曜日 10 時からの IRG は、 初級者向けレッスンです						
6	7	8	9	10	11	12
11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 21:00 TB 田	11:00 IRG 溝	10:00 IRG 堀	10:00 IRG 溝 21:00 BOX 田	10:00 SB 田 11:15 TB 託 田 21:00 JUM 稲		
13	14	15	16	17	18	19
11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 20:00 TB 田 21:00 IRG 稲	11:00 IRG 溝	10:00 IRG 堀	10:00 IRG 溝 20:00 HAL 田 21:00 HAL 田	10:00 TB 託 田 21:00 ZEN 稲		
20 海の日 休	21	22	23	24	25	26
	11:00 IRG 溝	10:00 IRG 堀 21:00 IRG 水	10:00 IRG 溝 21:00 BOX 田	10:00 TB 託 田 21:00 JUM 稲		13:00 IRG 長
27	28	29	30	31	1	2
11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 20:00 TB 田 21:00 IRG 稲	11:00 IRG 溝	10:00 IRG 堀	10:00 IRG 溝	10:00 TB 託 田 21:00 JUM 稲		
3	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		レッスン名 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 ※「託」は託児可能			