

月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	31	1	2
★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						
3	4	5	6	7	8	9
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 SB 田	10:00 TB 託 田 21:00 ZEN 稲		13:00 IRG 長
10	11 山の日	12	13	14	15	16
11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 20:00 TB 田 21:00 IRG 稲	休	休	休	休	休	13:00 IRG 長
17	18	19	20	21	22	23
11:05 IRG 託 田 19:00 IRG 中 21:00 TB 田	11:00 IRG 溝	10:00 IRG 堀 21:00 IRG 水	10:00 IRG 溝 20:00 HAL 田 21:00 HAL 田	10:00 TB 託 田 21:00 ZEN 稲		13:00 IRG 長
24	25	26	27	28	29	30
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 21:00 BOX 田	10:00 TB 託 田 21:00 JUM 稲		
31	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