

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

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
土：土田