

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