

月		火		水		木		金		土		日	
千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音
11月30日													
10:30-12:00 超初級		◆担当講師											9:30-11:00 入門超初級
12:15-13:15 PA		三尾申子											11:30-13:00 バー&PA
		藤村奈緒子											13:15-14:15 Vaクラス
		大下智子											
17:00-18:30 キッズP													
18:30-19:00 コンクール													
19:00-20:30 Jr													
20:30-21:30 コンクール													
2		3		4		5		6		7		8	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門								9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		10:30-12:00 初級				11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA	
		13:30-15:00 バー&アレグロ				12:15-13:15 PA				12:30-14:00 ブラ I II		13:15-14:15 Vaクラス	
						13:30-14:30 Vaクラス				14:30-16:00 初級	14:00-15:00 人形・バリ		
17:00-18:30 キッズP				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 ブレ I II		16:15-17:15 PA	15:30-16:30 フロリナ		
18:30-19:00 コンクール		17:00-18:30 ブレ I		17:00-18:30 ブレ II	17:00-18:00 フロリナ	17:00-18:30 ブレ I		18:30-19:00 コンクール		17:30-19:00 Jr			
19:00-20:30 Jr		18:30-19:15 コンクール		18:30-20:00 Jr		18:30-19:00 ブレP		19:00-20:30 キッズ・ジュニア		19:00-20:00 コンクール			
20:30-21:30 コンクール		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&アレグロ		19:30-21:00 超初級		20:30-21:30 コンクール					
9		10		11		12		13		14		15	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門								9:30-11:00 ピラティス&バー		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		10:30-12:00 初級				11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA	
		13:30-15:00 ピラティス&バー				12:15-13:15 PA				12:30-14:00 ブラ I II		13:15-14:15 Vaクラス	
						13:30-14:30 Vaクラス				14:30-16:00 初級	14:00-15:00 人形・バリ		
17:00-18:30 キッズP				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 ブレ I II		16:15-17:15 PA	15:30-16:30 フロリナ		
18:30-19:00 コンクール		17:00-18:30 ブレ I		17:00-18:30 ブレ II	17:00-18:30 バド第1	17:00-18:30 ブレ I		18:30-19:00 コンクール		17:30-19:00 Jr			
19:00-20:30 Jr		18:30-19:15 コンクール		18:30-20:00 Jr		18:30-19:00 ブレP		19:00-20:30 キッズ・ジュニア		19:00-20:00 コンクール			
20:30-21:30 コンクール		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&アレグロ		19:30-21:00 初級		20:30-21:30 コンクール					
16		17		18		19		20		21		22	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門								9:30-11:00 入門超初級		大嶋先生	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		10:30-12:00 初級				11:15-12:45 ブラ I II		10:30-12:15 コンテクラス	
		13:30-15:00 バー&アレグロ				12:15-13:15 PA				大嶋先生	14:00-15:00 人形・バリ	13:00-14:15 兼付①	
						13:30-14:30 Vaクラス				13:30-14:45 兼付①	15:30-16:30 フロリナ	14:45-16:00 兼付②	
17:00-18:30 キッズP				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 ブレ I II		15:15-16:30 兼付②		16:30-17:45 兼付③	
18:30-19:00 コンクール		17:00-18:30 ブレ I		17:00-18:30 ブレ II	17:00-18:00 フロリナ	17:00-18:30 ブレ I		18:30-19:00 コンクール		17:00-18:15 兼付③		18:15-19:45 バー&PA	
19:00-20:30 Jr		18:30-19:15 コンクール		18:30-20:00 Jr		18:30-19:00 ブレP		19:00-20:30 キッズ・ジュニア		18:30-20:00 Jr		20:00-21:00 Vaクラス	
20:30-21:30 コンクール		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&アレグロ		19:30-21:00 超初級		20:30-21:30 コンクール		20:00-21:00 コンクール			
23		24		25		26		27		28		29	
大嶋先生		10:30-12:00 入門								9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
10:30-12:15 コンテクラス				11:00-12:00 スロー		10:30-12:00 初級				11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 初級	
13:00-14:15 兼付①		13:30-15:00 バー&アレグロ				12:15-13:15 PA				12:30-14:00 ブラ I II		13:15-14:15 PA	
14:45-16:00 兼付②						13:30-14:30 Vaクラス				14:30-16:00 初級	14:00-15:00 人形・バリ		
16:30-17:45 兼付③				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 ブレ I II		16:15-17:15 PA	15:30-16:30 フロリナ		
		17:00-18:30 ブレ I		17:00-18:30 ブレ II	17:00-18:30 バド第1	17:00-18:30 ブレ I		18:30-19:00 コンクール		17:30-19:00 Jr			
		18:30-19:15 コンクール		18:30-20:00 Jr		18:30-19:00 ブレP		19:00-20:30 キッズ・ジュニア		19:00-20:00 コンクール			
		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&アレグロ		19:30-21:00 初級		20:30-21:30 コンクール					

ピラティス&パークラスはヨガマットが必要です。
受講される方は各自でお持ちください。

単品練習クラスのアレグロ・・・小さなジャンプ系などいろいろ