

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
		1		2		3		4		5		6	
		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級	10:00-11:30 Sクラス	9:30-11:00 入門超初級	
				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA	
		13:30-15:00 バー&アレグロ				13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II	13:00-14:00 コンクール	13:15-14:15 Vaクラス	
				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 プレI II		14:30-16:00 初級	14:00-15:30 コンクール		
		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレII	17:30-19:30 Sクラス			18:30-19:00 コンクール		16:15-17:15 PA			
		18:30-19:15 コンクール		18:30-20:00 Jr				19:15-20:45 キッズ・ジュニア		17:30-19:00 Jr			
		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&アレグロ				21:00-21:45 コンクール					
7		8		9		10		11		12		13	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級	10:00-11:30 Sクラス	9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA	
		13:30-15:00 ピラティス				13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II	13:00-14:00 コンクール	13:15-14:15 Vaクラス	
				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 プレI II		14:30-16:00 初級	14:00-15:30 コンクール		
17:00-18:30 キッズP		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレII	17:30-19:30 Sクラス	17:00-18:30 プレI		18:30-19:00 コンクール		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 コンクール		18:30-19:15 コンクール		18:30-20:00 Jrピラティス		18:30-19:15 コンクール		19:15-20:45 キッズ・ジュニア		17:30-19:00 Jr			
19:15-20:45 Jr		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 ピラティス		19:30-21:00 超初級		21:00-21:45 コンクール					
21:00-21:30 コンクール													
14		15		16		17		18		19		20	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級	10:00-11:30 Sクラス	9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA	
		12:00-14:00 傘子リハ	13:30-15:00 バー&アレグロ			13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II	13:00-14:00 コンクール	13:15-14:15 Vaクラス	
				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 プレI II		茂木先生WS	14:00-15:30 コンクール		
14:30-18:30 りずりハ		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレII		17:00-18:30 プレI		18:30-19:00 コンクール		14:30-17:00 基礎			
17:00-18:30 キッズP		18:30-19:15 コンクール		18:30-20:00 Jr		18:30-19:15 コンクール		19:15-20:45 キッズ・ジュニア		17:15-18:45 BOYS			
18:30-19:00 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 超初級		21:00-21:45 コンクール		19:00-21:00 コンクール			
19:15-21:00 大嶋先生コンテ													
21		22		23		24		25		26		27	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級				PBK京部		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:30-13:00 バー&PA	
		13:30-15:00 バー&アレグロ				13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II	13:00-14:00 コンクール	13:15-14:15 Vaクラス	
				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 プレI II		14:30-16:00 初級	14:00-15:30 コンクール		
17:00-18:30 キッズP		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレII		17:00-18:30 プレI		18:30-19:00 コンクール		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 コンクール		18:30-19:15 コンクール		18:30-19:15 コンクール		18:30-19:15 コンクール		19:15-20:45 キッズ・ジュニア		17:30-19:00 Jrパラテール			
19:15-20:45 Jr		19:30-21:00 バー&PA		19:30-21:00 超初級		19:30-21:00 超初級		21:00-21:45 コンクール					
21:00-21:30 コンクール													
28		29		30								◆担当講師	
10:30-12:00 超初級						11:00-12:00 スロー							三尾串子
12:15-13:15 PA													藤村奈緒子
						16:00-17:00 エンジェル							大下智子
						17:00-18:30 プレII	17:30-19:30 Sクラス						近永朋香
17:00-18:30 キッズP		11/3分		18:30-20:00 Jr		18:30-19:15 コンクール							
18:30-19:00 コンクール		17:00-18:30 プレI 撮		20:00-21:30 バー&アレグロ									
19:15-20:45 Jr		18:30-19:15 コンクール撮											
21:00-21:30 コンクール													

ピラティス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もちください。

Vaクラスは「ラ・フィユ・マル・ガルデ」よりリーズ
のVaです。参加希望の方は10月末まで藤村までお申
込みください。

単品練習はアレグロです。