



レスナンテキ

2023年12月

月	火	水	木	金	土	日
千田 ◆担当講師 三尾幸子 藤村奈緒子 大下智子 近永朋香	千田 千田 千田 千田 千田	千田 千田 千田 千田 千田	千田 千田 千田 千田 千田	千田 1 9:30-11:00 入門超初級 11:15-12:15 入門P 12:30-14:00 プラI II 14:30-16:00 初級 17:00-18:30 プレI II 18:30-19:00 コンクール 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:45 コンクール	千田 2 9:30-11:00 入門超初級 11:30-13:00 バー&PA 13:15-14:15 Vaクラス	千田 9:30-11:00 入門超初級 11:30-13:00 バー&PA 13:15-14:15 Vaクラス
4	5	6	7	8	9	10
10:30-12:00 超初級 12:15-13:15 PA	10:30-12:00 入門 13:30-15:00 バー&ピターン開道	11:00-12:00 スロー	10:30-12:00 初級 12:15-13:15 PA 13:30-14:30 Vaクラス	17:00-18:30 プレI II 18:30-19:00 コンクール 19:15-20:45 Jr 21:00-21:20 みのり	9:30-11:00 入門超初級 11:15-12:15 入門P 12:30-14:00 プラI II 14:30-16:00 初級 16:15-17:15 PA 17:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール	9:30-11:00 入門超初級 11:30-13:00 バー&PA 13:15-14:15 Vaクラス
17:00-18:30 キッズP 18:30-19:00 コンクール 19:15-20:45 Jr 21:00-21:20 みのり	17:00-19:00 プレSクラス 17:00-18:30 プレI 18:30-19:15 コンクール 18:30-21:00 バー&PA	17:45-20:00 Sクラス 17:00-18:30 プレII 18:30-20:00 Jr 20:00-21:30 バー&ピターン開道	17:00-18:30 プレI 18:30-19:00 コンクール 19:30-19:15 コンクール 19:30-21:00 超初級	17:00-18:30 プレI II 18:30-19:00 コンクール 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:45 コンクール	17:00-18:30 Sクラス 18:30-19:00 コンクール 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:45 コンクール	17:00-18:30 Sクラス 18:30-19:00 コンクール 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:45 コンクール
11	12	13	14	15	16	17
10:30-12:00 超初級 12:15-13:15 PA	10:30-12:00 入門 13:30-15:00 ピラティス	11:00-12:00 スロー	10:30-12:00 初級 12:15-13:15 PA 13:30-14:30 Vaクラス	17:00-18:30 プレI II 17:00-18:30 プレII 18:30-20:00 Jrピラティス 20:00-21:30 ピラティス	14:30-16:00 初級 16:15-17:15 PA 17:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール	9:30-11:00 入門超初級 11:15-12:15 入門P 12:30-14:00 プラI II 14:30-16:00 初級 16:15-17:15 PA 17:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール
17:00-18:30 キッズP 18:30-19:00 コンクール 19:15-20:45 Jr 21:00-21:20 みのり	17:00-19:00 プレSクラス 17:00-18:30 プレI 18:30-19:15 コンクール 18:30-21:00 バー&PA	17:45-20:00 Sクラス 17:00-18:30 プレII 18:30-20:00 Jr 20:00-21:30 ピラティス	17:00-18:30 プレI 18:30-19:00 コンクール 19:30-19:15 コンクール 19:30-21:00 超初級	17:00-18:30 プレI II 18:30-19:00 コンクール 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:45 コンクール	14:30-16:30 Sクラス 16:15-17:15 PA 17:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール	9:30-11:00 入門超初級 11:15-12:15 入門P 12:30-14:00 プラI II 14:30-16:00 初級 16:15-17:15 PA 17:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール
NAMUE	18	NAMUE	19	20	21	22
10:30-12:00 超初級 12:15-13:15 PA	9:00-12:00 NAMUE準備 13:30-15:00 バー&ピターン開道	10:30-12:00 入門 11:00-12:00 スロー	7:00-9:00 NAMUE準備 13:30-15:00 バー&ピターン開道	10:30-12:00 初級 12:15-13:15 PA 13:30-14:30 Vaクラス	17:00-18:30 プレI II 17:00-18:30 プレI 18:30-20:00 Jr 20:00-21:30 バー&ピターン開道	9:30-11:00 入門超初級 11:15-12:15 入門P 12:30-14:00 プラI II 14:30-16:00 初級 16:15-17:15 PA 17:30-19:00 Jr 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:30 みひろ、みずき
17:00-18:30 キッズP 18:30-19:00 みひろ、りおう 19:15-20:45 Jr	17:00-18:30 プレI 17:00-18:30 プレII 18:30-20:00 Jr 19:30-21:00 バー&PA	17:45-20:00 Sクラス 17:00-18:30 プレI 18:30-20:00 Jr 20:00-21:30 バー&ピターン開道	17:00-18:30 プレI 18:30-19:00 りおう 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:30 みひろ、みずき	17:00-18:30 プレI II 18:30-19:00 りおう 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:30 みひろ、みずき	14:30-16:30 Sクラス 16:15-17:15 PA 17:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール	9:30-11:00 入門超初級 11:15-12:15 入門P 12:30-14:00 プラI II 14:30-16:00 初級 16:15-17:15 PA 17:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール
25	26	27	28	29	30	31
10:30-12:00 超初級 12:15-13:15 PA	10:30-12:00 入門 13:30-15:00 バー&ピターン開道	11:00-12:00 スロー	10:30-12:00 初級 12:15-13:15 PA 13:30-14:30 Vaクラス	16:00-17:00 エンジェル 17:00-18:30 プレII 18:30-20:00 Jr 19:30-21:00 バー&ピターン開道	10:30-12:00 初級 12:15-13:15 PA 13:30-14:30 Vaクラス	10:30-12:00 初級 12:15-13:15 PA 13:30-14:30 Vaクラス
17:00-18:30 キッズP 18:30-19:00 みひろ 19:15-20:45 Jr	17:00-19:00 プレSクラス 17:00-18:30 プレI 18:30-20:00 Jr 19:30-21:00 バー&PA	17:45-20:00 Sクラス 17:00-18:30 プレI 18:30-20:00 Jr 20:00-21:30 バー&ピターン開道	17:00-18:30 プレI 18:30-19:00 りおう 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:30 みひろ、みずき	17:00-18:30 プレI II 18:30-19:00 りおう 19:15-20:45 キッズ・ジュニア 21:00-21:30 みひろ、みずき	17:00-18:30 Sクラス 18:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール	17:00-18:30 Sクラス 18:30-19:00 Jr 19:15-20:15 コンクール