

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
			10:00～11:00 リラクゼーション ストレッチ		10:00～11:00 大人バレエ		
11:00						10:30～12:00 大人バレエ ピラティス	10:30～11:45 コンテンポラリー Cクラス
12:00							
							12:00～13:30 コンテンポラリー Dクラス 月2回 第2,4
13:00							
14:00							
						2:00～2:45 Aクラス	
15:00						2:45～4:00 Bクラス	
		3:30～4:15 Aクラス		3:30～4:15 Aクラス			
16:00							
		4:15～5:30 Bクラス		4:15～5:30 Bクラス		4:00～5:30 Cクラス	
17:00							
	5:30～7:00 選抜クラス	5:30～7:00 Cクラス		5:30～7:00 Cクラス		5:30～7:00 Dクラス	
18:00			6:30～7:30 ピラティス				
19:00	7:00～8:30 選抜クラス	7:00～8:30 Dクラス		7:00～8:30 Dクラス			
20:00							
21:00							