

月	火	水	木	金	土	日
					大人OP 11:15~12:45	大人OP 11:15~12:45 希望者ポワント有
					プレII 13:00~13:50	
プレII 15:30~16:20	大人OP 15:00~16:30	プレII 15:00~15:50	大人OP 14:45~16:15	プレII 15:00~15:50	PJ/Jr/JH 14:00~15:20	PJ/Jr/JH 14:00~15:20
PJ I 16:30~17:30	プレI/PJ II 16:30~17:30	PJ I 16:00~17:00	プレI/PJ II 16:30~17:30	PJ I 16:00~17:00	ポワント 15:30~16:00	選抜I 15:30~17:00
Jr 17:35~18:55	Jr 17:35~18:55	Jr 17:05~18:25	Jr&センターポワント 17:35~18:55	Va. II 17:05~17:35	選抜I 16:10~18:10	自習 17:00~17:30
JH/大人 19:40~21:10 希望者ポワント有	Va. I 19:00~19:30	選抜I 18:30~19:30	JH/大人 19:10~20:40	ACT/体幹 17:40~18:20		
	JH/大人 19:40~21:10			フルポワント 18:30~19:30		