

洗足

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
大人ⅠオープンC 11:15~12:30	大人Ⅰ・Ⅱ オープンC 11:35~12:50	大人ⅠオープンC 12:10~13:25	大人ⅠオープンC 11:30~12:45	大人ⅢオープンC 11:35~12:50	大人Ⅱ・Ⅲ オープンC 11:15~12:30	大人Ⅰ・Ⅱ オープンC 11:00~12:15
大人Ⅱ・Ⅲ オープンC 12:45~14:00	ママとバレエ 13:00~13:45	大人ⅡオープンC 13:30~14:45	大人ⅡオープンC 14:45~16:00	ママとバレエ 13:00~13:45	プレⅡ 13:00~13:50	
プレⅡ 15:00~15:50	大人ⅢオープンC 15:00~16:15	プレⅡ 15:00~15:50		プレⅡ 15:30~16:20	PJⅠ・Ⅱ 14:00~15:10	PJⅠ・Jr・JH 合同 14:00~15:10
PJⅠ 16:00~17:10	プレⅠ・PJⅡ 16:30~17:30	PJⅠ・Ⅱ 16:00~17:10	プレⅠ・PJⅡ 16:10~17:10	PJⅠ 16:30~17:40	PJⅠ・Jr・JH 合同 15:15~16:35	選抜クラス (面談含) 15:15~17:15
選抜クラス 17:15~19:15	Jr 17:40~19:00	Jr 17:15~18:35	Jr 17:15~18:35	ピラティス ストレッチ体幹 強化 17:45~18:45	ポワント・プレトウ 16:40~17:10	大人Ⅰ・Ⅱ オープンC 18:30~19:45
JH・大人Ⅰ・Ⅱ オープンC 19:40~21:10	ポワント・プレトウ 19:05~19:35	ポワント・プレトウ 18:35~19:05	JH・大人Ⅰ・Ⅱ オープンC 19:10~20:40	JH・大人Ⅰ オープンC 19:10~20:40	選抜クラス 17:15~18:45	アダージオ
アダージオ	JH・大人Ⅰ オープンC 19:40~21:10	JH・大人Ⅰ オープンC 19:10~20:40	アダージオ	アダージオ	大人Ⅰ・Ⅱ オープンC 19:40~20:55	
	アダージオ	アダージオ			アダージオ	

自由が丘

火曜日	木曜日
プレ 16:00~16:40	プレ 16:00~16:40
	PJ/Jr 16:45~17:45