		9:30	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
月	A	９：３０～１０：４５団員＋オープン受講者 １０:５０～１２:１０団員のみ								児童クラス１～５ １６：４５～１８：００	児童６～中２ １８：００～１９：１５	中３～シニア １９：１５～２０：３０	
	B												
火	A			レディースクラス １１：００～１２：３０					キッズクラス １５：４５～１６：４５	児童クラス３～６ １６：４５～１８：００	ジュニア・シニアクラス １８：００～１９：３０		
	B									児童クラス１・２ １７：００～１８：１５			
水	A	９：３０～１０：４５団員＋オープン受講者 １０:５０～１２:１０団員のみ								児童クラス1～5 １６：４５～１８：００	児童６～中２ １８：００～１９：１５	中３～シニア １９：１５～２０：３０	
	B												
木	A	９：３０～１０：４５団員＋オープン受講者 １０:５０～１２:１０団員のみ								児童クラス1～5 １７：００～１８：１５	児童６～中２ １８：１５～１９：３０	中３～シニア １９：３０～２０：４５	
	B												趣味クラス １９：３０～２０：４５
金	A	１０:５０～１２:１０団員のみ ９：３０～１０：４５団員＋オープン受講者											
	B												
土	A		OGクラス（月２回） １０：００～１１：４５			キッズクラス １３：００～１４：００	児童クラス1.2.3 １４：００～１５：１５	児童クラス4.5.6 １５：１５～１６：３０		ジュニアクラス １６：３０～１８：００	シニアクラス高１～ １８：００～１９：３０		
	B		石津体操教室 １０：００～１１：１５			プレキッズクラス １３：００～１４：００							
日	A		児童クラス４～ジュニア １０：００～１１：３０	シニアクラス高１～団員 １１：３０～１３：００									
	B												