

	月	火	水	木	金	土	日
10:00		ベーシッククラス (基礎クラス) 11:00~12:00		ベーシッククラス (基礎クラス) 11:00~12:00	休 館 日	ベーシック(基礎) 10:30~11:30	キッズクラス 9:00~10:00
11:00						オープンマット 11:30~12:00	
12:00						レギュラー(全帯) 12:00~13:00	スパークラス 10:30~11:30
13:00			最初のクラス開始30分前から開館します 最終クラス終了30分後から閉館します。				
14:00							ベーシック(基礎) 11:45~12:45
15:00							
16:00							キッズクラス 15:00~16:00
17:00							
18:00				キッズクラス 18:00~19:00			
19:00		ベーシック(基礎) 19:30~20:15	オープン マット 19:00~ ~20:15	ベーシック (基礎) 19:30~ ~20:15			
20:00	ベーシック(基礎) 20:30~21:30	スパークラス 20:30~21:30		レギュラー(全帯) 20:00~21:00			
21:00	オープンマット 21:30~22:00	オープンマット 21:30~22:00	レギュラー(全帯) 20:30~21:30	オープンマット 21:00~21:30			
22:00							
22:30							