

		月			火			水			木			金						土			日						
		クラス	チーフ	アシスタント	クラス	チーフ	アシスタント	クラス	チーフ	アシスタント	クラス	チーフ	アシスタント	クラス	チーフ	アシスタント				クラス	チーフ	アシスタント	クラス	チーフ	アシスタント				
8:10	S	M	30	山口	—	15	木地	—	15	山口	—	30	黒石	—	15	山口	—	M		7:30	M	15	日笠	岡田	15	細山	平山	M	
			40	大森	—	40	日笠	—	30	小宮	—	DU	佐伯	—	30	木地	—						40	木地	湯原	30	折橋		黒石
9:30																							8:50						
9:40	S	A	0	山口	—	0	日笠	—	0	湯原	—	0	黒石	—	0	山口	—	A		9:00	A	0	日笠	—	0	黒石	—	A	
			15	日笠	細山	15	木地	小宮	30	山口	大森	15	山口	大森	15	佐伯	黒石						30	細山	湯原	15	細山		岡田
11:00			40	大森	小宮	30	山口	大森	40	北村	小宮	30	日笠	荒木	40	木地	—					10:20	DU	木地	岡田	40	折橋		平山
11:10	S	B	0	日笠	—	0	小宮	—	0	黒石	—	0	大森	—	0	小河	—	B		10:30	B	0	細山	—	0	折橋	—	B	
			15	山口	細山	30	大森	湯原	15	大森	岡部	30	山口	荒木	15	井原	木地						15	木地	井原	30	木地		平山
12:30			30	折橋	大森	40	山口	日笠	40	山口	岡田	40	日笠	柚木	30	山口	黒石					11:50	40	日笠	岡部	DU	黒石		柚木
12:40	S	C	0	岡部	—	0	大森	—	0	柚木	—	0	大森	—	0	井原	—	C		12:00	C	0	細山	—	0	岡田	—	C	
			30	細山	黒石	15	木地	湯原	15	岡部	岡田	15	日笠	荒木	30	小河	黒石						30	岡部	岡田	15	木地		柚木
14:00			40	日笠	小宮	40	岡部	小宮	30	黒石	小宮	40	黒石	柚木	40	岡部	湯原					13:20	DU	井原	柚木	40	細山		荒木
14:10	S	D	15	黒石	荒木	15	岡部	北嶋	30	黒石	岡田	15	黒石	—	15	木地	北嶋	D		13:30	D	0	岡田	—	0	荒木	—	D	
			40	小宮	—	30	木地	岡田	40	木地	小宮	30	山口	柚木	40	小河	—						15	小宮	柚木	30	黒石		福永
15:30																							14:50	40	木地	荒木	DU		細山
15:40	S	E	DI	山口	荒木	DI	山口	柚木	J1	木地	細山	DI	細山	荒木	DI	井原	北嶋	E		15:00	E	15	木地	小宮	30	北村	岡田	E	
			K1	岡部	小宮	K1	井原	岡田	K1	井原	柚木	K1	北村	小宮	K1	黒石	湯原						J1	岡部	荒木	J1	木地		福永
16:40			K2	細山	井原	K2	小宮	北嶋	K2	山口	岡部	K2	山口	岡田	K2	岡部	荒木					16:20	J2	井原	細山	J2	細山		柚木
16:50	S	JA	J1	山口	荒木	J1	小宮	柚木	J1	岡部	岡田	J1	北村	柚木	J1	井原	北嶋	JA		16:30	F	J5	岡部	—	J5	柚木	—	F	
			J2	岡部	黒石	J2	山口	岡田	J2	黒石	柚木	J2	小宮	湯原	J2	小河	岡部						15	細山	柚木	15	木地		福永
18:10			J3	井原	—	J3	岡部	—	強化	井原	—	J3	山口	—	強化	北村	—					17:50	40	井原	小宮	40	北村		荒木
18:20	S	F	J5	岡部	—	J5	柚木	—	0	細山	—	0	岡田	—	J5	岡部	—	F		18:00	G	0	井原	—	J5	荒木	—	G	
			J6	黒石	平山	J6	井原	北嶋	15	黒石	柚木	15	湯原	柚木	J6	川原	荒木						30	佐伯	柚木	J7	木地		—
19:40			J7	井原	—	J7	岡部	—	40	木地	岡田	30	細山	北村	J7	井原	—					19:20	J6	岡部	荒木	DU	北村		—
19:50	S	G	0	黒石	—	0	佐伯	—	0	井原	—	0	折橋	—	0	北村	—	G		19:30	H	30	小宮	柚木					
			15	佐伯	平山	30	井原	岡田	30	木地	福永	15	小宮	湯原	15	折橋	荒木						DU	佐伯					荒木
21:10			40	北村	荒木	40	岡部	北嶋	DU	細山	品田	40	細山	岡田	30	川原	北嶋					20:50							
21:20	S	H	30	佐伯	荒木	0	井原	—	0	折橋	—	0	岡田	—	40	折橋	荒木	H		21:00	I	40	佐伯	荒木					
			AD	井原	—	15	柚木	北嶋	15	細山	品田	30	折橋	小宮	DU	川原	北嶋						DU	小宮					—
22:40						DU	佐伯	岡田	40	井原	福永	DU	細山	品田								22:20							

* クラス・担当コーチは若干変更する可能性がありますので予めご了承下さい。