

7 月 の 練 習 日

日	曜日	キッズコース	体育コース	バク転コース	体操コース	育成コース	選手コース
1	火		16:10～17:00		17:10～18:00	18:00～19:30	19:00～21:00
2	水		17:30～18:20				18:00～21:00
3	木		16:10～17:00		17:10～18:00	18:00～19:30	19:00～21:00
4	金	15:10～16:00	16:10～17:00 17:10～18:00	18:10～19:00 19:10～20:00			
5	土	10:30～11:20	11:30～12:20 12:30～13:20	13:30～14:20	14:30～15:20		15:00～18:00
6	日					9:00～10:30	10:00～13:00
7	月						
8	火		16:10～17:00		17:10～18:00	18:00～19:30	19:00～21:00
9	水		17:30～18:20				18:00～21:00
10	木		16:10～17:00		17:10～18:00	18:00～19:30	19:00～21:00
11	金	15:10～16:00	16:10～17:00 17:10～18:00	18:10～19:00 19:10～20:00			
12	土	10:30～11:20	11:30～12:20 12:30～13:20	13:30～14:20	14:30～15:20		15:00～18:00
13	日					9:00～10:30	10:00～13:00
14	月						
15	火		16:10～17:00		17:10～18:00	18:00～19:30	19:00～21:00
16	水		17:30～18:20				18:00～21:00
17	木		16:10～17:00		17:10～18:00	18:00～19:30	19:00～21:00
18	金	15:10～16:00	16:10～17:00 17:10～18:00	18:10～19:00 19:10～20:00			
19	土	10:30～11:20	11:30～12:20 12:30～13:20	13:30～14:20	14:30～15:20		15:00～18:00
20	日					9:00～10:30	10:00～13:00
21	月						
22	火		16:10～17:00		17:10～18:00	18:00～19:30	19:00～21:00
23	水		17:30～18:20				18:00～21:00
24	木		16:10～17:00		17:10～18:00	18:00～19:30	19:00～21:00
25	金	15:10～16:00	16:10～17:00 17:10～18:00	18:10～19:00 19:10～20:00			
26	土	10:30～11:20	11:30～12:20 12:30～13:20	13:30～14:20	14:30～15:20		15:00～18:00
27	日					9:00～10:30	10:00～13:00
28	月						
29	火	休　　み					
30	水	休　　み					
31	木	休　　み					

※体育館の入室はレッスンの5分前をお願いします。
 ※安全のため、練習前に体育館で遊ばないでください。