2025. 1月 二俣川稽古 旭スポセン 予定表

	B	-1天川僧 <u>白 他/</u>   月	<del>(ルセフーア</del> 正)   火	水	木	金	<u>±</u>
	29	30	31	1	2	3	4
	ı						
1							
		年末年始休み					
	5	6	7	8	9	10	11
		研修室 1クラス		研修室 3クラス	第三体育室 3クラス	研修室 2クラス	第三体育室 1クラス
なし			なし	17:00~18:00	17;00~18;00	17:00~18;00	11:00~12:30
				幼少年初級クラス	幼少年初級クラス	幼少年初級クラス	幼少年初級クラス
				18;15~19:15	18;15~19;15		少年クラス
	<i>V</i>			少年選手クラス	少年クラス	18;15~19;15	合同稽古
		19:30~20;30		19:30~20;45	19:30~20;30	少年クラス	
	- 12	一般クラス		<u>ー般体力UPクラス</u>	一般クラス		
	12	13	14	15	16	17	18
A+ 00 L	++ = ×+ 1=	祭日	4-1	研修室 3クラス	第三体育室 3クラス	研修室 2クラス	
	鶴見道場	なし	なし	17:00~18:00	17;00~18;00	17:00~18;00	なし
8時~				幼少年初級クラス	幼少年初級クラス	幼少年初級クラス	
				18;15~19:15	18;15~19;15	10 15 10 15	
				少年選手クラス	少年クラス	18;15~19;15	
				19:30~20;45   一般体力UPクラス	19:30~20;30  一般クラス	少年クラス	
	19	20	21	<u> </u>	<del>  一般りラス                                      </del>	24	25
	13	スポセン休館日	21	<u> </u>	 第三体育室 3クラス	<u> </u>	  第三体育室 1クラス
なし		なし	なし	17:00~18:00	お二杯月至 0 / ノハ   17;00~18;00	17:00~18:30	オード月エーノノハ
		,,,,		幼少年初級クラス	幼少年初級クラス	幼少年初級クラス	
				18;15~19:15	18:15~19:15	少年クラス	13:30~15;00
				少年選手クラス	少年クラス	合同稽古	少年選手クラス
				19:30~20;45	19:30~20;30		
				一般体力UPクラス	一般クラス		
	26	27	28	29	30	31	
		研修室 3クラス		研修室 1クラス	第三体育室 3クラス	研修室 2クラス	
		17;00~18;00	なし	17:00~18:30	17;00~18;00	17:00~18;00	
		幼少年初級クラス		幼少年初級クラス	幼少年初級クラス	幼少年初級クラス	
		18;15~19;15		少年選手クラス	18;15~19;15		
		少年クラス		合同稽古	少年クラス	18;15~19;15	
		19:30~20;30			19:30~20;30	少年クラス	
		<u>一般クラス</u>			一般クラス		