

使用日		午 前	午 後	夜 間
1	水	コープスポーツヨーガ(水曜)		
2	木	体幹パワーアップ体操ドリーム	けんこう倶楽部	
3	金			
4	土	少林拳空手道		
5	日			
6	月			
7	火			
8	水	ハワイアンフラリノプルメリア(水曜)		
9	木			
10	金			
11	土	少林拳空手道		
12	日			
13	月			
14	火			
15	水	コープスポーツヨーガ(水曜)		
16	木	体幹パワーアップ体操ドリーム	けんこう倶楽部	
17	金			
18	土	少林拳空手道		
19	日			
20	月			
21	火			
22	水	ハワイアンフラリノプルメリア(水曜)		
23	木			
24	金			
25	土			
26	日			
27	月			
28	火			
29	祝水			
30	木			