

コース種類：

全日J-ス

時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30 ?						全日J-ス	
10:30 ?							
10:30 ?							
10:30 ?	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
11:30 ?							
11:30 ?							
11:00 ?						全日J-ス	
12:00 ?							
12:00 ?							
12:00 ?	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
13:00 ?							
13:00 ?						全日J-ス	
14:00 ?							
14:00 ?	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
15:00 ?							
15:00 ?							
14:30 ?						全日J-ス	
15:30 ?							
15:30 ?	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
16:30 ?							
16:30 ?							
18:00 ?						全日J-ス	
19:00 ?							
18:30 ?	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
19:30 ?							
19:30 ?							
20:00 ?	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
21:00 ?							
20:00 ?							
21:00 ?							
?							
?							

[備考]
2025/7/1～変更になります。

コース種類：

全日J-ス

時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30 ？ 10:30							全日J-ス
インストラクター							崔 鎬郷
10:30 ？ 11:30	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
インストラクター	山崎 仁誉		山崎 仁誉		崔 鎬郷		
11:00 ？ 12:00							全日J-ス
インストラクター							崔 鎬郷
12:00 ？ 13:00	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
インストラクター	山崎 仁誉		山崎 仁誉		崔 鎬郷		
13:00 ？ 14:00							全日J-ス
インストラクター							崔 鎬郷
14:00 ？ 15:00	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
インストラクター	山崎 仁誉		山崎 仁誉		崔 鎬郷		
14:30 ？ 15:30							全日J-ス
インストラクター							崔 鎬郷
15:30 ？ 16:30	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
インストラクター	山崎 仁誉		山崎 仁誉		崔 鎬郷		
18:00 ？ 19:00							全日J-ス
インストラクター							崔 鎬郷
18:30 ？ 19:30	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
インストラクター	山崎 仁誉		山崎 仁誉		崔 鎬郷		
19:30 ？ 20:30							全日J-ス
インストラクター							崔 鎬郷
20:00 ？ 21:00	全日J-ス		全日J-ス		全日J-ス		
インストラクター	山崎 仁誉		山崎 仁誉		崔 鎬郷		
？							
インストラクター							

[備考]
2026/1/1～変更になります。