

コース種類： 平日/U-39 全日 ジュニア

| 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 時間 | 土 | 日 |
|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------|-------------|--------------|
| 9:10 ？ 10:10 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 9:10 ？ 10:10 | 全日 | 全日 |
| インストラクター | 佐久間 治彦 | 佐久間 治彦 | 菊池 晶史 | 福田 薫 | 木村 彰宏 | インストラクター | 福田 薫 鈴木 うらら | 佐久間 治彦 高倉 裕司 |
| 10:20 ？ 11:20 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 10:20 ？ 11:20 | 全日 | 全日 |
| インストラクター | 佐久間 治彦 | 佐久間 治彦 | 菊池 晶史 | 福田 薫 | 木村 彰宏 | インストラクター | 福田 薫 鈴木 うらら | 佐久間 治彦 高倉 裕司 |
| 11:30 ？ 12:30 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 11:30 ？ 12:30 | 全日 | 全日 |
| インストラクター | 佐久間 治彦 | 佐久間 治彦 | 菊池 晶史 | 福田 薫 | 木村 彰宏 | インストラクター | 福田 薫 | 高倉 裕司 |
| | | | | | | 12:40 ？ 13:40 | 全日 | 全日 |
| | | | | | | インストラクター | 鈴木 うらら | 佐久間 治彦 |
| 13:10 ？ 14:10 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 13:50 ？ 14:50 | 全日 | 全日 |
| インストラクター | 佐久間 治彦 | 佐久間 治彦 | 菊池 晶史 | 福田 薫 | 木村 彰宏 | インストラクター | 福田 薫 鈴木 うらら | 佐久間 治彦 |
| 14:20 ？ 15:20 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 15:00 ？ 16:00 | 全日 | 全日 |
| インストラクター | 佐久間 治彦 | 佐久間 治彦 | 菊池 晶史 | 福田 薫 | 木村 彰宏 | インストラクター | 福田 薫 鈴木 うらら | 佐久間 治彦 高倉 裕司 |
| 15:30 ？ 16:30 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 平日/U-39 全日 | 16:10 ？ 17:10 | | 全日 |
| インストラクター | 菊池 晶史 | 木村 彰宏 | 福田 薫 | 高倉 裕司 | 岩渕 唯愛 | インストラクター | | 高倉 裕司 |
| 16:40 ？ 17:40 | 平日/U-39 全日 ジュニア | 平日/U-39 全日 ジュニア | 平日/U-39 全日 ジュニア | 平日/U-39 全日 ジュニア | 平日/U-39 全日 ジュニア | 17:20 ？ 18:20 | | 全日 |
| インストラクター | 菊池 晶史 | 木村 彰宏 | 福田 薫 | 高倉 裕司 | 岩渕 唯愛 | インストラクター | | 高倉 裕司 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 18:30 ？ 19:30 | 全日 | 全日 | 全日 | 全日 | 全日 | | | |
| インストラクター | 菊池 晶史 | 木村 彰宏 | 福田 薫 | 高倉 裕司 | 岩渕 唯愛 | | | |
| 19:40 ？ 20:40 | 全日 | 全日 | 全日 | 全日 | 全日 | | | |
| インストラクター | 菊池 晶史 | 木村 彰宏 | 福田 薫 | 高倉 裕司 | 岩渕 唯愛 | | | |
| 20:50 ？ 21:50 | 全日 | 全日 | 全日 | 全日 | 全日 | | | |
| インストラクター | 菊池 晶史 | 木村 彰宏 | 福田 薫 | 高倉 裕司 | 岩渕 唯愛 | | | |
| 20:50 ？ 21:50 | 全日 | 全日 | 全日 | 全日 | 全日 | | | |
| インストラクター | 菊池 晶史 | 木村 彰宏 | 福田 薫 | 高倉 裕司 | 岩渕 唯愛 | | | |

【備考】
2025年12月より変更になります。