

コース種類： **平日** **全日/U35** **シニア**

時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 ～ 10:00					<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ					桑原 広明	桑原 広明	鷺坂 剛
10:10 ～ 11:10		<b>平日</b> <b>全日/U35</b>		<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ		桑原 広明		桑原 広明	桑原 広明	桑原 広明	鷺坂 剛
11:20 ～ 12:20	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>		
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	青鹿 健司	桑原 広明	桑原 広明	桑原 広明	鷺坂 剛		
12:30 ～ 13:30	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	青鹿 健司	桑原 広明	桑原 広明	桑原 広明	鷺坂 剛	桑原 広明	鷺坂 剛
13:40 ～ 14:40	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	青鹿 健司	桑原 広明	桑原 広明	桑原 広明	桑原 広明	桑原 広明	鷺坂 剛
14:50 ～ 15:50	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>		<b>平日</b> <b>全日/U35</b>		<b>平日</b> <b>全日/U35</b>		
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	青鹿 健司		桑原 広明		桑原 広明		
16:00 ～ 17:00		<b>平日</b> <b>全日/U35</b>		<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>		
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ		桑原 広明		桑原 広明	鷺坂 剛		
17:10 ～ 18:10	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>		<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>平日</b> <b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	青鹿 健司	桑原 広明		桑原 広明	桑原 広明	桑原 広明	鷺坂 剛
18:20 ～ 19:20	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>	<b>全日/U35</b>		
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	青鹿 健司	桑原 広明	桑原 広明	桑原 広明	鷺坂 剛		
19:30 ～ 20:30	<b>全日/U35</b>		<b>全日/U35</b>		<b>全日/U35</b>		
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	青鹿 健司		桑原 広明		鷺坂 剛		
～							
ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ							

【備考】  
2025年1月よりタイムテーブルが変更となります。

コース種類： **DC**

時間	月	火	水	木	金	土	日
16:00 ~ 17:00						<b>DC</b>	<b>DC</b>
インストラクター						桑原 広明	鷺坂 剛
17:10 ~ 18:10			<b>DC</b>				
インストラクター			桑原 広明				
~							
インストラクター							
~							
インストラクター							
~							
インストラクター							
~							
インストラクター							
[備考]							