

| 9月/1週目 | | | | | | | 9月/2週目 | | | | | | | 9月/3週目 | | | | | | | | | |
|--------|------------|------------------------|-------------------------|------------|------------|-------------------------|------------|--------|------------------------|-------------------------|-------------------------|------------|-------------------------|-------------------------|------------|--------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|------------|
| 時間 | 08/31 日 | 09/01 月 | 09/02 火 | 09/03 水 | 09/04 木 | 09/05 金 | 09/06 土 | 時間 | 09/07 日 | 09/08 月 | 09/09 火 | 09/10 水 | 09/11 木 | 09/12 金 | 09/13 土 | 時間 | 09/14 日 | 09/15 月 | 09/16 火 | 09/17 水 | 09/18 木 | 09/19 金 | 09/20 土 |
| 09:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | 馬場 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | 09:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | 09:00~ | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | |
| 10:00~ | - | 馬場 伊佐山 | 浦部 | 浦部 | 馬場 | 本橋 | 10:00~ | 野口 | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 浦部 | 浦部 | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | 10:00~ | 野口 | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 浦部 | 浦部 | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | | |
| 11:00~ | - | 馬場 伊佐山 | 浦部 | 浦部 | 馬場 | 本橋 | 11:00~ | 野口 | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 浦部 | 浦部 | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | 11:00~ | 野口 | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 浦部 | 浦部 | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | | |
| 12:00~ | - | 馬場 | - | 浦部 | 浦部 | 本橋 | 12:00~ | 野口 | - | - | 浦部 | 浦部 | - | 本橋 | 12:00~ | 野口 | - | - | 浦部 | 浦部 | - | 本橋 | |
| 13:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | - | 13:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | - | - | 13:00~ | - | - | - | - | - | 浦部 | - | |
| 14:00~ | - | 馬場 伊佐山 | 浦部 | 浦部 | 戸丸 | - | 14:00~ | 野口 | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 浦部 | 浦部 | 戸丸 | - | 14:00~ | 野口 | - | 戸丸 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 浦部 | 浦部 | - | - | |
| 15:00~ | - | 馬場 | - | 浦部 | 浦部 | 戸丸 | - | 15:00~ | 野口 | - | - | 浦部 | 浦部 | 戸丸 | - | 15:00~ | 野口 | - | 戸丸 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 浦部 | 浦部 | - | |
| 16:00~ | - | - | - | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | 16:00~ | - | - | - | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | 16:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | 本橋 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | |
| 17:00~ | - | - | - | - | - | 本橋 | 17:00~ | - | - | - | - | - | - | 本橋 | 17:00~ | - | - | - | - | - | 本橋 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | | |
| 18:00~ | - | 本橋 | - | 野口 | - | 本橋 | 18:00~ | - | - | 本橋 | - | 本橋 | - | 本橋 | 18:00~ | - | 本橋 | - | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | 本橋 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | | |
| 19:00~ | - | 飯野 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | - | 野口 | - | 19:00~ | - | 飯野 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | - | 本橋 | - | 本橋 | 19:00~ | - | 本橋 | - | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | - | | |
| 20:00~ | - | 飯野 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 戸丸 | - | 野口 | 戸丸 | - | 20:00~ | - | 飯野 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 戸丸 | - | 本橋 | 戸丸 | - | 20:00~ | - | 戸丸 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 戸丸 | - | | |

9月/4週目

9月/5週目

9月/6週目

| 時間 | 09/21 日 | 09/22 月 | 09/23 火 | 09/24 水 | 09/25 木 | 09/26 金 | 09/27 土 | 時間 | 09/28 日 | 09/29 月 | 09/30 火 | 10/01 水 | 10/02 木 | 10/03 金 | 10/04 土 | 時間 | 10/05 日 | 10/06 月 | 10/07 火 | 10/08 水 | 10/09 木 | 10/10 金 | 10/11 土 |
|--------|------------------------|------------|-------------------------|------------|-------------------------|-------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------|------------|------------|------------|------------|--------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| 09:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | 09:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | - | - | 09:00~ | - | - | - | - | - | - | - |
| 10:00~ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 馬場 伊佐山 | 浦部 | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | 10:00~ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 馬場 伊佐山 | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | - | - | 10:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 11:00~ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 馬場 伊佐山 | 浦部 | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | 11:00~ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 馬場 伊佐山 | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | - | - | 11:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 12:00~ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 馬場 | 浦部 | - | 本橋 | 12:00~ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 馬場 | - | - | - | - | - | - | 12:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 13:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | 浦部 | 浦部 | - | 13:00~ | - | - | - | - | - | - | - | 13:00~ | - | - | - | - | - | - | - |
| 14:00~ | - | 馬場 伊佐山 | 浦部 | 浦部 | 浦部 | - | 14:00~ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 馬場 戸丸 | 戸丸 | - | - | - | - | 14:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 15:00~ | - | 馬場 | - | 浦部 | 浦部 | 浦部 | - | 15:00~ | 野口 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 馬場 戸丸 | 戸丸 | - | - | - | 15:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 16:00~ | - | - | - | - | - | 本橋 | 16:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | - | - | 16:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 17:00~ | - | - | - | - | - | 本橋 | 17:00~ | - | - | 伊佐山 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | - | - | - | 17:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 18:00~ | - | 本橋 | - | 本橋 | 本橋 | 本橋 | 18:00~ | - | - | 本橋 | - | - | - | - | 18:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 19:00~ | - | - | 本橋 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | 本橋 | 戸丸 | - | 19:00~ | - | 飯野 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 戸丸 | - | - | - | 19:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |
| 20:00~ | - | - | 本橋 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 本橋 | - | 本橋 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | - | 20:00~ | - | 飯野 [ヨガ] ヨガ+ストレッチ | 戸丸 | - | - | - | 20:00~ | - | - | - | - | - | - | - | |