

	月	火	水	木	金	土
開館時間	17:30	18:15	17:30	18:30	17:30	13:30
						フリートレーニング 14:00~15:00
少年部(初級)	18:00~18:30		18:00~18:30		18:00~18:30	合同稽古 15:00~16:30
少年部 (初、中、上級) 一般部	18:30~20:00		18:30~20:00		18:30~20:00	フリートレーニング 16:30~18:00
選手クラス	フリートレーニング 20:00~21:30	18:30~19:30	フリートレーニング 20:00~21:30		フリートレーニング 20:30~21:30	
キッククラス (同好会)				18:45~19:45		