

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<b>1</b> 11:00~12:30 玄 ABC 12:30~14:00 松田★ BCD	<b>2</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 上田 A 18:45~20:00 松田 基礎 18:45~20:00 松田 基礎	<b>3</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 松田 体操 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:20~20:10 松田 BC 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>4</b> 11:00~12:30 末原 CD 16:30~17:15 渡辺 K 17:30~18:45 渡辺 K①② 19:00~20:15 松田 BCD V a 松田	<b>5</b> 11:00~12:30 松田 BCD 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:00~20:15 松田 BCD 20:00~21:30 石毛 ABC	<b>6</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:30~15:40 アンチエイジング 14:30~15:40 津田 ABC 16:30~17:15 津田 K 17:30~18:45 津田 K①② 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>7</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:15~15:00 渡辺 K 15:15~16:20 渡辺 K① 16:35~17:50 渡辺 K② 18:00~トウ
<b>8</b> 11:00~12:30 玄 ABC 12:30~14:00 松田★ BCD	<b>9</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 上田 A 18:45~20:00 松田 基礎 18:45~20:00 松田 基礎	<b>10</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 上田 体操 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:20~20:10 松田 BC 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>11</b> 11:00~12:30 末原 CD 16:30~17:15 渡辺 K 17:30~18:45 渡辺 K①② 19:00~20:15 松田 BCD V a 松田	<b>12</b> 11:00~12:30 松田 BCD 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:00~20:15 松田 BCD 20:00~21:30 石毛 ABC	<b>13</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:30~15:40 アンチエイジング 14:30~15:40 津田 ABC 16:30~17:15 津田 K 17:30~18:45 津田 K①② 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>14</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:15~15:00 渡辺 K 15:15~16:20 渡辺 K① 16:35~17:50 渡辺 K② 18:00~トウ
<b>15</b> 11:00~12:30 玄 ABC 12:30~14:00 松田★ BCD <b>12:30~14:00 玄 コンテ</b>	<b>16</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 上田 A 18:45~20:00 松田 基礎 18:45~20:00 松田 基礎	<b>17</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 松田 体操 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:20~20:10 松田 BC 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>18</b> 11:00~12:30 漆原 CD 16:30~17:15 渡辺 K 17:30~18:45 渡辺 K①② 19:00~20:15 松田 BCD V a 松田	<b>19</b> 11:00~12:30 松田 BCD 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:00~20:15 松田 BCD 20:00~21:30 石毛 ABC	<b>20</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:30~15:40 アンチエイジング 14:30~15:40 津田 ABC 16:30~17:15 津田 K 17:30~18:45 津田 K①② 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>21</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:15~15:00 渡辺 K 15:15~16:20 渡辺 K① 16:35~17:50 渡辺 K② 18:00~トウ
<b>22</b> 11:00~12:30 玄 ABC 12:30~14:00 松田★ BCD	<b>23</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 上田 A 18:45~20:00 松田 基礎 18:45~20:00 松田 基礎	<b>24</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 松田 体操 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:20~20:10 松田 BC 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>25</b> 11:00~12:30 末原 CD 16:30~17:15 渡辺 K 17:30~18:45 渡辺 K①② 19:00~20:15 松田 BCD V a 松田	<b>26</b> 11:00~12:30 松田 BCD 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:00~20:15 松田 BCD 20:00~21:30 石毛 ABC	<b>27</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:30~15:40 アンチエイジング 14:30~15:40 津田 ABC 16:30~17:15 津田 K 17:30~18:45 津田 K①② 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>28</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:15~15:00 渡辺 K 15:15~16:20 渡辺 K① 16:35~17:50 渡辺 K② 18:00~トウ
<b>29</b> 11:00~12:30 玄 ABC 12:30~14:00 松田★ BCD	<b>30</b> 11:00~12:30 松田 BCD	<b>1</b> 11:00~12:30 松田 BCD 14:00~15:10 松田 体操 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:20~20:10 松田 BC 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>2</b> 11:00~12:30 末原 CD 16:30~17:15 渡辺 K 17:30~18:45 渡辺 K①② 19:00~20:15 松田 BCD V a 松田	<b>3</b> 11:00~12:30 松田 BCD 16:30~17:15 本村 K 17:30~18:45 本村 K①② 19:00~20:15 松田 BCD 20:00~21:30 石毛 ABC	<b>4</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:30~15:40 アンチエイジング 14:30~15:40 津田 ABC 16:30~17:15 津田 K 17:30~18:45 津田 K①② 19:20~20:50 松田☆ ABC	<b>5</b> 11:00~12:30 松田★ BCD 14:15~15:00 渡辺 K 15:15~16:20 渡辺 K① 16:35~17:50 渡辺 K② 18:00~トウ
				★ 希望者のみ居残り ☆ 希望者のみ居残り V a 特別クラスV a	トウシューズレッスン無料 トウシューズレッスン500円 (月謝会員無料) 指導	大人だけのクラス基礎 大人超初心者お勧めクラス
			体操クラス 1100円 アンチエイジングバリエ 1100円	ゲスト講師 コンテナ・リキークラス 特別講習	Kプレ 未就学 K① K②	

### ステップ 1:年と開始月を入力します

年 2025

開始月 6

### ステップ 2:開始曜日を選択します

開始曜日 1

### ステップ 3:テーマの色/フォントをカスタマイズします

[ページ レイアウト] > [テーマ] に移動して、  
別の色とフォントを選択します。

### ステップ 4:用紙または PDF を印刷します

ブック全体を印刷するか、または  
選択したワークシートのみを印刷します。