

| | 日 2 | 月 3 | 火 4 | 水 5 | 木 6 | 金 7 | 土 8 | | |
|------|--|---------------------------------|--------------------------|-------------------------------|----------------------------|----------------------------|-----------------------|--------------|------|
| | 午前 午後 夜 | 午前 午後 夜 | 午前 午後 夜 | 午前 午後 夜 | 午前 午後 夜 | 午前 午後 夜 | 午前 午後 夜 | | |
| 101 | 2022 | | | 川村塾 (夜1.3) | ピース | | トルペイント | 101 | |
| 201 | 1月 | | | アートスクール (3回) | | ペン字 美文字 | | 201 | |
| カル | | | | 俳句会 ホームヨーガ | ホームヨーガ | 内養功 | | カル | |
| 5きげん | | | ヨーガ | カラオケA カラオケ B・初/C | 花架拳 (1・2・3・4) キッズリズム | シニアモダン 大人の体操 | 宝生流 (1・3) | 養生功 | 5きげん |
| ロビ- | | | | 太極拳 | 吹矢 | 日本民謡 II 13:00~17: 30 | | ロビ- | |
| | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | | |
| 101 | | | 木目込み人形 パッチワーク アクリル | ロマンダー 音読 13:30~ | 川村塾 (夜2.4) | 川村塾 (養成2.4) | 三味線練習 | 101 | |
| 201 | | | 詩吟 | アートスクール (3回) | お習字 | 小原流A 小原流B (3回) | 俳句 (2・4) | 201 | |
| カル | ギター (2・4) | | 水彩画 青春の歌 三味線 | 俳句会 ホームヨーガ | ホームヨーガ | 内養功 | おこと (2・4) | カル | |
| 5きげん | | フラ 昼 13:30 | ピラコン ヨーガ/日 本民謡 | カラオケA カラオケ B・初/C | 花架拳 (1・2・3・4) キッズリズム | シニアモダン 大人の体操 | 姿勢と歩き 方 養生功 | 5きげん | |
| ロビ- | | | | 太極拳 | 吹矢 | 日本民謡 II 13:00~17:30 | | ロビ- | |
| | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | | |
| 101 | キャンセル待ち 大人の体操 さやのピラコン ヒップホップ 火曜 | | もりおか弁 ちぎり絵 アクリル | 川村塾 (夜1.3) | カーピング | 五行歌 | | 101 | |
| 201 | | | 詩吟 | アートスクール (3回) ちぎり絵 1:00~ | みんよう子供/ 大人 | ペン字 ペン字 | | 201 | |
| カル | | 暮らしの書 (3回) 着付け 昼 (3回) 三味線 | 水彩画 青春の歌 | みんよう (1.3) | 俳句会 ホームヨーガ | ホームヨーガ | 内養功 yokoヨガ | 宝生流 (1・3) | カル |
| 5きげん | | 三味線 フラ 昼 13:30 | ピラコン ヨーガ/日 本民謡 HIPHOP | カラオケA カラオケ B・初/C | 花架拳 (1・2・3・4) キッズリズム | シニアモダン 大人の体操 | はくすう HIPHOPジュ ニアのみ | 養生功 | 5きげん |
| ロビ- | | 日本民謡 | | 太極拳 | 吹矢 | 日本民謡 II 13:00~17:30 | | | ロビ- |
| | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | | |
| 101 | | ピース パルーン オンライン | 木目込み人形 パッチワーク アクリル | ロマンダー 音読 13:30~ | 川村塾 (夜2.4) | 川村塾 (養成2.4) | | 101 | |
| 201 | | 絵手紙モード | 絵手紙 詩吟 | | 小原流A | 小原流B (3回) | 俳句 (2・4) 五行歌 | 201 | |
| カル | 組ひも ギター (2・4) | 暮らしの書 (3回) 着付け 昼 (3回) 三味線 | 水彩画 青春の歌 三味線 | 俳句会 ホームヨーガ | ホームヨーガ | 内養功 | おこと (2・4) | カル | |
| 5きげん | | 花架拳13: 30~ | ピラコン ヨーガ/日 本民謡 HIPHOP | カラオケA カラオケ B・初/C | 花架拳 (1・2・3・4) キッズリズム | シニアモダン 大人の体操 | HIPHOPジュ ニアのみ | 養生功 | 5きげん |
| ロビ- | | ピラティス 18:00~ 19:15~ | | 太極拳 | 吹矢 | | | ロビ- | |
| | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 101 | | | ちぎり絵 アクリル | 川村塾 (夜1.3) | ピース | | | 101 | |
| 201 | | | 絵手紙 詩吟 | アートスクール (3回) 確認中 | みんよう子供/ 大人 | ペン字 美文字 | | 201 | |
| カル | 組ひも 組ひも | 暮らしの書 (3回) 着付け 昼 (3回) 三味線 | 水彩画 | みんよう (1.3) 俳句会 | ホームヨーガ | ホームヨーガ | 内養功 | カル | |
| 5きげん | | 三味線 | ピラコン ヨーガ/日 本民謡 HIPHOP | カラオケA カラオケ B・初/C | 花架拳 (1・2・3・4) キッズリズム | シニアモダン 大人の体操 | はくすう HIPHOPジュ ニアのみ | 養生功 | 5きげん |
| ロビ- | | ピラティス 18:00~ 19:15~ | | | | | | ロビ- | |