

| | 日 30 | 月 31 | 火 1 | 水 2 | 木 3 | 金 4 | 土 5 | |
|------|---|----------------------------------|---------------------------|----------------------------|-------------------------------|--------------------------------|---------------|------|
| | 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 | 2023 | パッチワーク | | 川村塾 (夜1.3) | | | | 101 |
| 201 | 8月 | 草月流 | 絵手紙 詩吟 | アートスクール (3回) | ぷらす1の 俳句 | ペン字 美文字 | | 201 |
| カル |  | | 水彩画 さんさ 出場 | 俳句会 ホームヨーガ | ホームヨーガ 内養功/導引 | 宝生流 (1・3) | yokoが確認中 | カル |
| 5きげん | | ピラティス 18:00~ 19:15~ | ピラコン ピラコン | | 花架拳 ブレ/キッズ/ | 大人の体操 はくすう | 姿勢と歩き方 | 5きげん |
| ロビ- | | | | | 吹矢 | | | ロビ- |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | |
| 101 | | | もりおか弁 常磐津 | ロマンドール 川村塾 (夜2.4) | | | トールペイン ト | 101 |
| 201 | | | 詩吟 | アートスクール (3回) 賢治2/4 お習字 | | 俳句 (2・4) | | 201 |
| カル | 組ひも | 暮らしの書 (3回) 着付け 屋 (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/導引 | 美ボディ | | カル |
| 5きげん | | 三味線 フラ 屋13:30 0 | ピラコン ピラコン/ HIPHOP 日本民踊 | カラオケA カラオケ B・初/C | 花架拳 シニアモダン | | ポルドブ ラ | 5きげん |
| ロビ- | | 三味線 寿 民踊 | | | 吹矢 | | | ロビ- |
| | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | |
| 101 | | | | 川村塾 (夜1.3) | | 先生 控室 | 三味線練習 | 101 |
| 201 | | | | | 小原流A ぷらす1の 俳句 小原流B (3回) | ペン字 ペン字 | ときわ 親子教室 | 201 |
| カル | | | | | ホームヨーガ 内養功/導引 | 宝生流 (1・3) ルーシー | | カル |
| 5きげん | | ピラティス 18:00~ 19:15~ 確認中 | | | 花架拳 シニアモダン ブレ/キッズ/ | 大人の体操 はくすう HIPHOPジュ ニアのみ | | 5きげん |
| ロビ- | | | | | 吹矢 | 日本民踊 II 13:00~17:30 2F | | ロビ- |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | |
| 101 | | | 常磐津 | ロマンドール 川村塾 (夜2.4) | カービング (福德) | 先生 控室 | | 101 |
| 201 | | | ぬり絵 詩吟 | アートスクール (3回) 賢治2/4 みんよう | 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13時~14:30 (2・4) | 暮らしの書 (3回) 着付け 屋 (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/導引 | 美ボディ おこと (2・4) ルーシー | | カル |
| 5きげん | | 三味線 フラ 屋13:30 0 | ピラコン ピラコン/ HIPHOP 日本民踊 | カラオケA カラオケ B・初/C | 花架拳 シニアモダン ブレ/キッズ/ | 大人の体操 HIPHOPジュ ニアのみ | | 5きげん |
| ロビ- | | | | | 吹矢 | 日本民踊 II 13:00~17:30 2F | | ロビ- |
| | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | |
| 101 | | ピース パルーンオ ンライン 確認中 | | | | 先生 控室 | | 101 |
| 201 | | 絵手紙モード | 詩吟 | | 小原流A 小原流B (3回) | ペン字 美文字 | | 201 |
| カル | ギター (2・4) | 暮らしの書 (3回) 着付け 屋 (3回) | 水彩画 青春の歌 | 俳句会 ホームヨーガ | ホームヨーガ 内養功/導引 | 宝生流 (1・3) | | カル |
| 5きげん | | ピラティス 18:00~ 19:15~ 確認中 | ピラコン ピラコン/ HIPHOP 日本民踊 | カラオケA カラオケ B・初/C | 花架拳 シニアモダン ブレ/キッズ/ | 大人の体操 はくすう | | 5きげん |
| ロビ- | | 三味線 寿 民踊 | | 太極拳 1回 のみ | 吹矢 | 日本民踊 II 13:00~17:30 2F | | ロビ- |