

	月	火	水	木	金	土	日
8							午前8:00-9:00 モーニング/ レギュラークラス 本陣： Honjin studio
9							午前9:00-10:00 フリー& スパーリング 本陣： Honjin studio
10	午前10:00-11:00 モーニング/ ビギナー& ベーシッククラス 本陣： Honjin studio				午前10:00-11:00 モーニング/ ベーシック& セルフディフェンス 本陣： Honjin studio		
11	午前11:00-11:30 フリー&スパーリング 本陣： Honjin studio				午前11:00-11:30 フリー&スパーリング 本陣： Honjin studio		
18							
19	午後7:00-7:30 フリー 本陣： Honjin studio	第一、第三、 第五火曜 午後7:00-8:00 ノーギ柔術 スタンド& 足関節 山王： 露橋スポーツ センター	第二、第四火曜 午後7:00-8:00 キモノ柔術 スタンド& 足関節 山王： 露橋スポーツ センター	午後7:00-7:30 フリー 本陣： Honjin studio	午後7:00-8:00 OVER50クラス 本陣： Honjin studio	第二、第四 土曜日 午後7:00-8:00 ピラティスクラス 本陣： Honjin studio	
20	午後7:30-9:00 レギュラークラス 本陣： Honjin studio	午後8:00-9:00 フリー& スパーリング 山王： 露橋スポーツ センター	午後7:30-9:00 ビギナー& ベーシッククラス 本陣： Honjin studio	午後8:00-9:00 レギュラークラス 本陣： Honjin studio	午後7:30-9:00 レギュラークラス 大須： ナゴヤファイ ト クラブ	第一、第三、 第五土曜日 午後7:30-9:00 ビギナー& ベーシッククラス ※本動作、技術指導等 他中心に、スパーリング はブルーティンで行います。 本陣： Honjin studio	第二、第四 土曜日 午後8:00-9:00 ビギナー& ベーシッククラス ※本動作、技術指導等 他中心に、スパーリング はブルーティンで行います。 本陣： Honjin studio
21	午後9:00-10:30 フリー& スパーリング 本陣： Honjin studio		午後9:00-10:30 フリー& スパーリング 本陣： Honjin studio	午後9:00-10:30 フリー& スパーリング 本陣： Honjin studio	午後9:00-10:00 フリー& スパーリング 大須： ナゴヤファイ ト クラブ 本陣： Honjin studio	午後9:00-10:30 フリー& スパーリング 本陣： Honjin studio	
22							
	月	火	水	木	金	土	日