

上社校

もみほぐしコース

木曜 午前クラス 10:00~13:00

	10月	11月	12月	1月	2月
午前	7 ほぐし①	4 ほぐし⑤	2	6	3
夜間					
午前	14 ほぐし②	11 ほぐし⑥	9	13	10
夜間					
午前	21 ほぐし③	18 ほぐし⑦	16	20	17
夜間					
午前	28 ほぐし④	25 ほぐし⑧	23祝	27	24
夜間					
			30		

上社校

もみほぐしコース

木曜 夜間クラス 19:00~22:00

	10月	11月	12月	1月	2月
午前	7	4	2	6	3
夜間	ほぐし①	ほぐし③	ほぐし⑤	ほぐし⑦	
午前	14	11	9	13	10
夜間					
午前	21	18	16	20	17
夜間	ほぐし②	ほぐし④	ほぐし⑥	ほぐし⑧	
午前	28	25	23祝	27	24
夜間					
			30		