日	曜	旧和室			洋室		
	唯	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
1	土			BS	卓球	卓球	
2	日	BS	BS				
3	月			空手	健康体操		
4	火				卓球	卓球	空手
5	水	太極拳	合気道	合気道	健康体操		
6	木						空手
7	金	金曜RD			卓球	卓球	空手
8	土				卓球	卓球	健康体操
9	日						
10	月	花セラピー		空手		卓球	
11	火	フラダンス			卓球		
12	水	太極拳	合気道	合気道	健康体操	卓球	
13	木				FD	木曜RD	
14	金		踊り		卓球	卓球	空手
15	土	フラダンス	フラダンス		卓球	卓球	健康体操
16	日						
17	月			空手	健康体操	卓球	
18	火				卓球		
19	水	太極拳	フラダンス	合気道	健康体操	卓球	
20	木				FD	木曜RD	
21	金	金曜RD			卓球	卓球	空手
22	土				卓球	卓球	健康体操
23	日						
24	月			空手		卓球	
25	火	フラダンス			卓球	卓球	
26	水	太極拳	合気道	合気道	健康体操	卓球	
27	木				FD	木曜RD	
28	金				卓球	卓球	空手
29	土					卓球	
30	日						