

| | | 火 | | | 水 | | | 木 | | | 金 | | | | | | |
|----|-------|------|--------|---------|------|---------|---------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|---------|--------|--------|------|
| | | M | 1 | 2 | 3 | M | 1 | 2 | 3 | M | 1 | 2 | 3 | | | | |
| ①限 | 8:30 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | | | | |
| | 9:50 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | | | | |
| ②限 | 10:00 | / | 初級小島須永 | 初中級柴野 | 中級山崎 | 初級市辺森 | 初中級山内 | 中級山崎 | 初級市辺 | 初級小島須永 | 初中級今永 | 中級小笠原 | 初級上田渡部 | 初中級小島 | 中級柴野 | | |
| | 11:20 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | | |
| ③限 | 11:30 | / | 初級山崎 | 中級柴野 | / | 初級山崎 | 初中級山内 | 中級上田 | 初級市辺 | 初級小笠原 | 中級山内 | / | 初級柴野須永 | 中級上田 | / | | |
| | 12:50 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | | |
| ④限 | 13:00 | / | 初級小島 | 初中級市辺 | 中級山崎 | 初級山内 | 上級上田 | / | 初級今永 | 中級小笠原 | / | 初級上田 | 初中級山内 | / | / | | |
| | 14:20 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | | |
| ⑤限 | 14:30 | / | 初級柴野 | 中級上田 | / | 初級永澤 | 初中級柴野 | LT山崎 | 初級今永 | 中級山内 | LT上田 | 初級柴野 | 初中級山内 | / | / | | |
| | 15:50 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | | |
| ⑥限 | 16:00 | J1小島 | J2永澤 | J3上田 | / | J1上田 | J2稲富渡部 | J3柴野 | / | / | / | J1渡部 | J2柴野 | J3稲富 | / | | |
| | 16:55 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | | |
| ⑦限 | 17:00 | J1永澤 | J2小島 | J3市辺 | J3柴野 | J1永澤 | J2稲富樺葉 | J3柴野渡部 | J4山内 | J1稲富 | J2山内今永 | J3永澤渡部 | J3小島 | J1柴野 | J2上田濱田 | J3山内渡部 | J4小島 |
| | 17:55 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑧限 | 18:00 | / | J2市辺 | J3上田 | J4小島 | / | J2稲富 | J3山内 | J4永澤 | / | J2稲富 | J3山内 | J4上田 | J2小島 | J3上田 | / | / |
| | 18:55 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑨限 | 19:00 | 初級濱田 | 初級市辺田邊 | 初中級永澤上田 | 中級柴野 | 初級柴野樺葉 | 初中級山内渡部 | 中級上田 | 初級市辺 | 初級上田今永 | 初中級樺原渡部 | 中級山内 | 初級田中 | 初中級濱田渡部 | 中級山内 | / | / |
| | 20:20 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑩限 | 20:30 | 初級上田 | 初級上田田邊 | 初中級濱田 | 中級柴野 | 初級上田樺葉 | 初中級田中宮坂 | 中級永澤渡部 | 初級市辺 | 初級上田渡部 | 中級永澤石田 | 初級濱田田邊 | 初中級山内 | 中級稲富 | / | / | / |
| | 21:50 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑪限 | 22:00 | 初級濱田 | 中級上田 | 上級永澤 | 初級市辺 | 初中級田中渡部 | 上級稲富 | シングル上田 | 初級永澤石田 | 初中級樺原 | 上級上田 | 初級市辺 | 上級濱田 | シングル山内 | / | / | / |
| | 23:20 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / |

| | | 土 | | | 日 | | | | |
|----|-------|--------|----------|----------|--------|------|--------|---------|--------|
| | | M | 1 | 2 | 3 | M | 1 | 2 | 3 |
| ①限 | 7:00 | / | / | / | / | / | J2小島 | J3永澤 | J4稲富 |
| | 7:55 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ②限 | 8:00 | 初級永澤 | 初級柴野須永 | 初中級小島濱田 | 中級山崎渡部 | 初級永澤 | 初級市辺山内 | 初中級小島柴野 | 中級稲富渡部 |
| | 9:20 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ③限 | 9:30 | 初級市辺樺葉 | 初級市辺樺葉 | 初中級小島須永 | 中級永澤柴野 | 初級市辺 | 初級山崎柴野 | 初中級稲富永澤 | 中級小島須永 |
| | 10:50 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ④限 | 11:00 | 親子市辺 | 初級山崎樺葉 | 初中級永澤石田 | 中級稲富柴野 | 親子永澤 | 初級山内須永 | 初中級市辺柴野 | 中級山崎渡部 |
| | 12:20 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑤限 | 12:30 | 初級濱田樺葉 | 初級濱田樺葉 | 初中級稲富須永 | 中級山崎渡部 | 初級小島 | 初級稲富平沢 | 初中級山崎渡部 | 上級山内 |
| | 13:50 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑥限 | 14:00 | J1上田 | J2市辺柴野渡部 | J3永澤石田須永 | 初級稲富小島 | J1小島 | J2柴野平沢 | J3稲富永澤 | 初級市辺渡部 |
| | 15:20 | J1渡部 | J2濱田石田須永 | J3市辺樺葉 | 初中級小島 | J1山内 | J2永澤須永 | J3小笠原 | 初級市辺渡部 |
| ⑦限 | 15:30 | J1濱田 | J2上田石田 | J3山内樺葉 | 初中級小島 | J1柴野 | J2市辺須永 | J3小笠原 | 初中級稲富 |
| | 16:50 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑧限 | 17:00 | J1山内 | / | J3永澤 | J4濱田 | 初級市辺 | 初級山内須永 | 中級小笠原 | J4柴野 |
| | 17:55 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑨限 | 18:00 | 初級濱田 | 初級永澤市辺 | 初中級上田小島 | 中級稲富石田 | 初級濱田 | 初級永澤市辺 | 初中級上田小島 | 中級稲富石田 |
| | 19:20 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑩限 | 19:30 | 初級濱田 | 初級永澤石田 | 中級山内 | 上級上田 | 初級濱田 | 初級永澤石田 | 中級山内 | 上級上田 |
| | 20:50 | / | / | / | / | / | / | / | / |
| ⑪限 | 21:00 | 初級濱田 | 中級上田 | 中級稲富 | シングル山内 | 初級濱田 | 初級永澤市辺 | 初中級上田小島 | 中級稲富石田 |
| | 22:20 | / | / | / | / | / | / | / | / |

【フロント営業時間】

平日 9:40~22:30
 土曜 7:40~21:30
 日曜 6:40~18:30
 ※月曜日は定休日です
 TEL/044-455-4305

※『J1~J4』は55分です。『親子クラス』は40分です。
 ※都合によりコーチ及び時間割の変更を行う場合がございます。
 ※在籍者が3名以下の場合、クローズすることがございます。
 ※クラス編成の都合により、ご相談の上、他の曜日・時間に変更していただく場合がございます。

【定員】

- 一般 …1コーチ / 9名+振替枠1名 2コーチ / 13名+振替枠1名
- LT/シングルス … 7名
- J2~J4 …1コーチ / 9名+振替枠1名 2コーチ / 13名+振替枠1名 3コーチ / 17名+振替枠1名
- J1 …1コーチ5名+振替枠1名
- Mコート (親子クラス) …1コーチ4組+振替枠1組
- Mコート (はじめて) …1コーチ5名+1名

