

9月

月	火	水	木	金	土	日
					1	2 大 9:00~ 障がい者支援Run 西 19:00~ Fightin' Fitness
3	4	5 ル 10:00~ ストレッチ	6 ストレッチ&ジョグ in 大濠公園 18:30~20:00	7 西 9:30~ Fightin' Fitness 早 19:30~ Fightin' Fitness	8 イ 18:30~ Fightin' Fitness	9 補 10:00~ ダンスレッスン
中 19:15~ Fightin' Fitness	補 18:30~ Fightin' Fitness 補 19:00~ ストレッチ					
10	11	12 ル 10:00~ ストレッチ	13	14 早 9:30~ Fightin' Fitness 早 19:30~ Fightin' Fitness	15	16 中 19:15~ Fightin' Fitness
中 19:15~ Fightin' Fitness	補 18:30~ Fightin' Fitness 補 19:00~ ストレッチ	西 19:00~ Fightin' Fitness				
17	18	19 ル 10:00~ ストレッチ	20	21 西 9:30~ Fightin' Fitness 早 19:30~ Fightin' Fitness	22 イ 18:30~ Fightin' Fitness	23 大 14:00~ 障がい者支援Run 中 19:15~ Fightin' Fitness
西 19:00~ Fightin' Fitness	補 18:30~ Fightin' Fitness 補 19:00~ ストレッチ					
24	25	26 ル 10:00~ ストレッチ	27	28 西 9:30~ Fightin' Fitness 早 19:30~ Fightin' Fitness	29 イ 18:30~ Fightin' Fitness	30
西 19:00~ Fightin' Fitness	補 18:30~ Fightin' Fitness 補 19:00~ ストレッチ					

