

月	火	水	木	金	土	日
フラサークル ホクラニ刈羽 13:30～14:30 ※月3回 柏崎総合体育館 フラ講座 19:30～20:15 柏崎総合体育館 タヒチアン講座 20:20～21:05	柏崎やさしい フラクラス 10:30～11:30 ※第2・第4火曜日 栃尾体育館 フラ講座 15:20～16:20 長岡 タヒチアンクラス 19:00～20:00 ※月3回 長岡フラ 入門クラス 20:00～21:00 ※月2回	長岡西クラス 15:30～16:30 ※第1・第3水曜日 柏崎特別クラス 19:00～21:00 ※月1回	長岡越路クラス 14:00～15:00 ※第2・第4木曜日 長岡 タヒチアンクラス 19:00～20:00 ※月3回 長岡フラクラス 20:00～21:00 ※月3回	柏崎やさしい タヒチアンクラス 12:15～13:15 ※第1・第3金曜日 柏崎やさしい フラクラス 13:15～14:15 ※第1・第2・第3金曜日 柏崎フラクラス 19:00～20:00 ※月3回 柏崎 タヒチアンクラス 20:00～21:00 ※月3回		十日町 フラクラス 9:30～10:30 ※月1回 十日町 タヒチアンクラス 10:40～11:40 ※月1回