

	日	月	火	水	木	金	土
	8/30	8/31	1	2	3	4	5
午前		セルフ グロース	セルフ グロース	セルフ グロース	セルフ グロース	セルフ グロース	
午後		アカデミック	アカデミック	おやすみ	アカデミック	アカデミック	
	6	7	8	9	10	11	12
午前		セルフ グロース	セルフ グロース	アカデミック	セルフ グロース	セルフ グロース	
午後		おやすみ	アカデミック	おやすみ	アカデミック	アカデミック	
	13	14	15	16	17	18	19
午前		セルフ グロース	セルフ グロース	セルフ グロース	セルフ グロース	セルフ グロース	
午後		アカデミック	アカデミック	おやすみ	アカデミック	アカデミック	
	20	21	22	23	24	25	26
午前					セルフ グロース	セルフ グロース	
午後					アカデミック	アカデミック	
	27	28	29	30	10/1	10/2	10/3
午前		セルフ グロース	セルフ グロース	アカデミック	セルフ グロース	セルフ グロース	
午後		アカデミック	アカデミック	おやすみ	アカデミック	アカデミック	