

月			火			木		
18:12	東京	Maxとき339号	18:08	東京	中央線	17:29	東京	上野東京ライン
18:37	大宮		18:17	四谷		17:47	赤羽	
19:30	JEXER大宮	Zumba	19:00	JEXER四谷	Zumba	18:15	JEXER赤羽	Zumba
20:15		毛利	19:45		三島	19:00		能見
20:46	大宮	東北新幹線	20:01	四谷	中央線	19:10	JEXER赤羽	Figure8
21:37	郡山		20:10	東京		20:10		HITOMI
21:44	新白河	東北新幹線	20:20	郡山	東北新幹線	20:21	赤羽	宇都宮線
21:56			21:37			20:36	大宮	東北新幹線
			21:44		東北新幹線	20:46	郡山	
			21:56	新白河	東北新幹線	21:37	新白河	東北新幹線
						21:44		東北新幹線
						21:56		

土						日 (たまに)		
Figure8優先			Zumba優先			ソフトボールなし		
07:43	新白河	東北新幹線	07:43	新白河	東北新幹線	06:59	新白河	東北新幹線
08:38	大宮		08:38	大宮		08:16	東京	
10:00	JEXER大宮	Zumba	10:00	JEXER大宮	Zumba	08:21	新川崎	横須賀線
10:45		毛利	10:45		毛利	08:43		
11:12	大宮	湘南新宿ライン	11:12	大宮	湘南新宿ライン	09:30	JEXER新川崎	Zumba
11:38	池袋		11:38	池袋		10:15		武内
13:15	JEXER池袋	Figure8	13:15	JEXER池袋	Figure8	10:23	新川崎	エアポート成田
14:00		しんDo	14:00		しんDo	10:26	武蔵小杉	
14:15	池袋	湘南新宿ライン	14:12	池袋	丸ノ内線	10:29	池袋	湘南新宿ライン
14:40	大宮		14:23	御茶ノ水		10:55		
15:50	JEXER大宮	Figure8	14:30	亀戸	総武線	11:03	戸田公園	埼京線
16:35		AKANE	14:40			11:19		
17:54	大宮	東北新幹線	15:15	JEXER亀戸	Zumba	11:30	JEXER戸田公園	Figure8
18:38	新白河		16:00		武内	12:30		TAKAKO
			17:03	亀戸	総武線	12:46	戸田公園	埼京線
			17:12	秋葉原	山手線	13:06	新宿	
			17:16				13:35	JEXER新宿
			17:19	東京	東北新幹線	14:35		尾島
			17:28				14:57	新宿
			18:38	新白河		15:12	赤羽	
						15:15		高崎線
						15:30	大宮	
						15:38		東北新幹線
						16:32	新白河	