

S都連例加盟クラブ例会一覧 現在、各クラブの例会開催状況は随時変わっています。詳しくは各クラブへお問い合わせください。

| 団体名 | 例会開催曜日（通常時） | 例会開催時間 | 開催場所（施設名） |
|---------------------|-------------|-------------|-------------------|
| 赤羽スクエアダンスクラブ | 月曜日 毎週 | 18:00～21:00 | 赤羽北区民センター |
| 荒川フレンズスクエアダンスクラブ | 月曜日 毎週 | 18:30～21:30 | 荒川山吹ふれあい館 |
| 板橋スクエアダンスの会 | 日曜日 毎週 | 18:00～21:00 | 板橋区立前野ホール |
| 大鳥スクエアダンスの会 | 日曜日 | 18:00～21:00 | 目黒区民センター |
| 奥沢スクエアダンスクラブ | 土曜日 毎週 | 18:00～21:30 | 奥沢区民センター |
| カントリーフラワーズ | 水曜日 毎週 | 9:30～12:00 | 八王子北野市民センター |
| 北葛西スクエアダンスクラブ | 土曜日 毎週 | 18:00～20:45 | 江戸川区北葛西コミュニティ会館 |
| サンライズスクエアズ | 金曜日 毎週 | 13:00～15:30 | 久米川ふれあいセンター |
| 渋谷スクエアダンスクラブ マノ | 水曜日 毎週 | 14:00～16:00 | 地域交流センター 大向 |
| J-kers（ジェイカーズ） | 第2、4金曜日 | 18:30～21:00 | 府中ルシーニュ 5F スタジオ |
| 志村スクエアダンスの会 | 土曜日 毎週 | 18:00～21:00 | 蓮根ロータスホール |
| 城東スクエアダンスクラブ | 土曜日 毎週 | 18:00～21:00 | 江東区総合区民センター 6F |
| 杉並スクエアダンスクラブ | 火曜日 月3回 | 13:00～15:30 | 杉並区立方南会館 |
| Square JOY（スクエアジョイ） | 土曜日 毎週 | 18:00～21:00 | 町田市南市民センター |
| スクエア・ホビー | 水曜日 毎週 | 19:00～21:00 | 大久保スポーツプラザ |
| スクエアリリーズ | 土曜日 毎週 | 18:30～21:00 | 東村山市立 八坂小学校 |
| 墨田スクエアダンスの会 | 火曜日 毎週 | 18:00～22:00 | ユーとリア別館 2階 |
| 多摩スクエアダンスクラブ | 火曜日 毎週 | 19:00～21:00 | 稲城市第2文化センター |
| 千代田スクエアダンスクラブ | 水曜日 毎週 | 18:00～21:00 | いきいきプラザ一番町 |
| 田園調布スクエアダンスクラブ | 土曜日 毎週 | 13:30～16:30 | 田園調布せせらぎ公園集会所施設 |
| 東京スクエアダンスクラブ | 土曜日 毎週 | 18:00～21:00 | 杉並区立方南会館 |
| 東京スクエアダンス普及会 | 土曜日 毎週 | 18:00～20:30 | 初台区民館 |
| 東京ベイススクエアダンスクラブ | 土曜日 毎週 | 14:00～16:00 | 江東区富岡区民館 |
| 西東京スクエアダンスクラブ | 火曜日 毎週 | 9:30～11:40 | 西東京市緑町地区会館 |
| 八王子ウエスタンロードSDC | 火曜日 毎週 | 18:30～21:00 | 八王子市台町市民センター |
| 東久留米スクエアダンスクラブ | 水曜日 毎週 | 19:00～21:15 | |
| 東村山スクエアホッパーズ | 火曜日 毎週 | 19:00～21:00 | 東村山市中央公民館 |
| 日野スクエアダンスクラブ | 第1、2、3 金曜日 | 13:00～15:30 | 多摩平ふれあい館 |
| 府中スクエアダンスクラブ | 木曜日 毎週 | 13:00～16:30 | ルミエール府中 |
| ホクト・スターズ | 木曜日 毎週 | 13:00～15:30 | 北区赤羽文化センター |
| 町田スクエアダンスクラブ | 土曜日 毎週 | 14:00～16:00 | 町田市木曾山崎コミュニティセンター |
| むさしの練馬スクエアダンスクラブ | 土曜日 毎週 | 18:00～21:00 | 練馬区関区民センター |
| レッドカーネーションズ | 水曜日 毎週 | 13:00～16:00 | 嶺町文化センター |