

- WEEKLY SCHEDULE -

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
11:00	11:00-16:30 パーソナルトレーニング (予約制) & フリースペース (ジム利用)	11:00-12:30 キックボクシング	11:00-16:30 パーソナルトレーニング (予約制) & フリースペース (ジム利用)	11:00-12:30 キックボクシング	11:00-12:30 柔術	11:00-12:30 キックボクシング
12:00					12:30-20:00 パーソナルトレーニング (予約制) & フリースペース (ジム利用)	
13:00						
14:00						14:00-16:30 パーソナルトレーニング (予約制) & フリースペース (ジム利用)
15:00	16:30-17:20 体操・体幹教室 17:30-18:20 English Kick	14:00-19:00 パーソナルトレーニング (予約制) & フリースペース (ジム利用)	16:30-17:20 体操・体幹教室 17:30-18:20 キッズ柔術	14:00-19:00 パーソナルトレーニング (予約制) & フリースペース (ジム利用)	16:30-17:20 体操・体幹教室 17:30-18:20 English Karate	
16:00						
17:00						
18:00						
19:00		19:00-20:00 ビギナーキック		19:00-20:00 ビギナーキック	20:00-21:30 ビギナーキック	19:00-20:30 MMA
20:00	20:00-21:30 キックボクシング	20:00-21:30 柔術	20:00-21:30 キックボクシング	20:00-21:30 グラップリング		フリースペース
21:00		フリースペース	フリースペース	フリースペース		
22:00						