

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT / holiday	SUN
10:00							OPEN 10:15
11:00							ビギナーキック ボクシングクラス 10:30~11:30
12:00	10:00~23:00 (月~日) パーソナルトレーニング受付中						
13:00							ビギナーキック ボクシングクラス 12:00~13:00
14:00			OPEN 13:45			OPEN 13:45	ビギナーキック ボクシングクラス 13:30~14:30
15:00			ビギナー・体験 ボクシングクラス 14:00~14:40			ボクシング 女性限定クラス 14:00~15:00	CLOSE 14:30
16:00						ビギナー・体験 ボクシングクラス 15:30~16:10	
17:00	OPEN 16:15		OPEN 16:15		OPEN 16:15		
	キッズボクシング (小学生6年生まで) 16:30~17:20		キッズボクシング (小学生6年生まで) 16:30~17:20		キッズボクシング (小学生6年生まで) 16:30~17:20	ボクシング レギュラークラス 16:30~17:30	
18:00		OPEN 17:15		OPEN 17:15			
	ボクシング レギュラークラス 17:30~18:30	ボクシング レギュラークラス 17:30~18:30	ボクシング レギュラークラス 17:30~18:30	ボクシング レギュラークラス 17:30~18:30	ボクシング レギュラークラス 17:30~18:30	ボクシング レギュラークラス 17:30~18:30	
19:00	ボクシング レギュラークラス 18:30~19:30		ボクシング レギュラークラス 18:30~19:30	ボクシング レギュラークラス 18:30~19:30			CLOSE 18:30
		柔術クラス (講師：新井) 19:00~20:00			柔術クラス (講師：富松) 18:30~19:45		
20:00	ボクシング レギュラークラス 19:30~20:30		ボクシング レギュラークラス 19:30~20:30				
		ボクシング レギュラークラス 20:00~21:00		ボクシング レギュラークラス 20:00~21:00	ボクシング レギュラークラス 20:00~21:00		
21:00	プロ・上級者 クラス 20:30~22:00		プロ・上級者 クラス 20:30~22:00				
		ボクシング レギュラークラス 21:00~22:00		ボクシング レギュラークラス 21:00~22:00	ボクシング レギュラークラス 21:00~22:00		
22:00	CLOSE 22:00	CLOSE 22:00	CLOSE 22:00	CLOSE 22:00	CLOSE 22:00		

2024年6月1日版～

※祝日は土曜日のメニューとなりますのでお間違えないようご注意ください。