

	月	火	水	木	金	土	日祝			
9:00										
10:00	9:30~10:30 柔術クラス エ	9:30~10:45 キックボクシング フリータイム	9:30~10:30 柔術クラス	9:30~10:30 レディース キックボクシング	9:30~10:30 柔術クラス エ	9:30~10:30 レディース キックボクシング	9:30~10:30 レディース キックボクシング			
11:00	10:30~11:00 柔術フリーマット	10:30~11:00 柔術フリーマット	10:30~11:00 柔術フリーマット	10:30~11:00 柔術フリーマット	10:30~11:00 柔術フリーマット	10:30~11:00 柔術フリーマット	10:00~11:00 ★キッズ 柔術クラス エ			
12:00	11:00~12:00 柔術クラス エ	11:00~12:00 レディース キックボクシング	11:00~12:00 柔術クラス	10:45~11:45 キックボクシング ビギナークラス	11:00~12:00 レディース キックボクシング	11:00~12:00 柔術クラス エ	11:00~12:00 レディース キックボクシング			
13:00	13:00~14:00 ピラティス		13:00~14:00 ピラティス		13:00~14:00 ピラティス					
	12:00-17:00 パーソナル									
17:00										
18:00	17:30~18:30 ★キッズ 柔術クラス エ	17:30~18:30 キックボクシング フリータイム	17:30~18:45 柔術フリーマット	17:30~18:30 ★キッズ キックボクシング	17:30~18:30 ★キッズ 柔術クラス エ	17:30~18:30 キックボクシング フリータイム	17:30~18:30 柔術フリーマット	17:30~18:30 ★キッズ キックボクシング	17:30~18:30 ★キッズ 柔術クラス エ	17:30~18:30 キックボクシング フリータイム
19:00	19:00~20:00 柔術クラス エ	18:45~19:45 レディース キックボクシング	19:00~20:00 柔術クラス	18:30~19:45 キックボクシング フリータイム	20:00~21:00 柔術クラス エ	18:45~19:45 レディース キックボクシング	19:00~20:00 柔術クラス	18:30~19:45 キックボクシング フリータイム	19:00~20:00 柔術クラス	18:45~19:45 レディース キックボクシング
20:00	20:00~21:00 柔術フリーマット	20:00~21:00 キックボクシング ビギナークラス	20:00~21:00 柔術フリーマット	20:00~21:00 レディース キックボクシング	20:00~21:00 柔術クラス エ ベーシック	20:00~21:00 キックボクシング テクニッククラス	20:00~21:00 柔術フリーマット	20:00~21:00 レディース キックボクシング	20:00~21:00 柔術フリーマット	20:00~21:00 キックボクシング テクニッククラス
21:00										
							終日 CLOSE			