

CARPEDIEM OKINAWA SCHEDULE

	月 Mon.	火 Tue.	水 Wed.	木 Thu.	金 Fri.	土 Sat.	日 Sun.
9:00		5:30~6:30 グラップリング・Grappling ギブソン・GIBSON		5:30~6:30 グラップリング・Grappling ギブソン・GIBSON		8:00~9:30 スパーリング・sparring サントス・SANTOS	
		CLOSE		CLOSE			
10:00	9:30~10:30 柔術クラス・jiu-jitsu エメルソン・EMERSON	9:30~11:30 柔術クラス・jiu-jitsu アンディー・ANDY	9:30~10:30 柔術クラス・jiu-jitsu エメルソン・EMERSON	9:30~10:30 ノーギ・NOGI アンディー・ANDY	9:30~11:30 柔術クラス・jiu-jitsu アンディー・ANDY	10:00~11:00 ★キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years old class	9:30~11:00 柔術ベーシック・Basic サントス・SANTOS ラスト30分スパーリング last 30 minutes sparring
11:00	11:00~12:00 柔術ベーシック・Basic エメルソン・EMERSON		11:00~12:00 柔術ベーシック・Basic エメルソン・EMERSON	10:30~11:00 11:00~12:00 アニマルフロー・ANIMAL FLOW		11:15~12:15 ★キッズコンペティション Kids Competition all ages	
12:00							
13:00						12:30~13:30 ★キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years old class	
14:00	CLOSE					14:00~15:00 柔術ベーシック・Basic サントス・SANTOS	
15:00							
16:00	16:00~16:50 ★キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years old class	16:00~17:00 ★キッズ体操 Kids gymnastics	16:00~16:50 ★キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years old class	16:00~17:00 ★キッズ体操 Kids gymnastics	16:00~17:00 ★キッズ体操 Kids gymnastics	15:30~16:30 ノーギ・NOGI サントス・SANTOS	CLOSE
17:00	17:00~18:00 ★キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years old class	17:00~18:00 ★キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years old class	17:00~18:00 ★キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years old class	17:00~18:00 ★キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years old class	17:00~18:00 ★キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years old class		
18:00							
19:00	18:15~19:45 柔術クラス・jiu-jitsu エメルソン・EMERSON	18:15~19:15 ★キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years old class	18:15~19:15 柔術ベーシック・Basic エメルソン・EMERSON	18:15~19:15 ★キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years old class	18:15~19:15 ★キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years old class	CLOSE	
20:00	20:00~21:00 柔術ベーシック・Basic エメルソン・EMERSON	19:30~21:00 柔術ベーシック・Basic アンディー・ANDY	19:30~21:00 柔術クラス・jiu-jitsu スパーリング・sparring エメルソン・EMERSON	19:30~21:00 ノーギ・NOGI アンディー・ANDY	19:30~21:00 柔術クラス・jiu-jitsu アンディー・ANDY		
21:00			CLOSE				