

CARPEDIEM OKINAWA SCHEDULE

月 Mon.	火 Tue.	水 Wed.	木 Thu.	金 Fri.	土 Sat.	日 Sun.
	5:30～6:30		5:30～6:30		8:00～9:30	
	NOGI SCOTT		NOGI SCOTT		Jiu-Jitsu NOGI Sparring Open mat	
	CLOSE		CLOSE			
9:30～10:30	9:30～10:30	9:30～10:30	9:30～10:30	9:30～10:30		9:30～11:00
柔術・Jiu-Jitsu・EMERSON	柔術・Jiu-Jitsu・ANDY	柔術・Jiu-Jitsu・EMERSON	ノーギ・NOGI・ANDY	柔術・Jiu-Jitsu Basic・JOSE		柔術・Jiu-Jitsu Basic SANTOS
			10:30～11:00 アニマルフロー・ANIMAL FLOW		10:00～11:00 キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6years	
11:00～12:00	11:00～12:00	11:00～12:00	11:00～12:00	11:00～12:00	11:15～12:15 キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years	11:30～12:30 キッズ柔術4-13歳 Kids 4-13 years
柔術初心者・Jiu-Jitsu beginner No sparring EMERSON	ノーギ・NOGI・ANDY	柔術初心者・Jiu-Jitsu beginner No sparring EMERSON	柔術・Jiu-Jitsu・ANDY	柔術・Jiu-Jitsu・JOSE		
					12:30～13:30 ★レディースクラス 10歳～ Ladies only from age 10	
CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	14:00～15:00 柔術・Jiu-Jitsu Basic SANTOS	
					15:30～16:30 ノーギ・NOGI・SANTOS	
16:00～16:50 キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years	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	16:00～17:00 キッズ体操 Kids gymnastics	16:00～17:00 キッズ体操 Kids gymnastics		
17:00～18:00 キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years	17:00～18:00 キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years	17:00～18:00 キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13years	17:00～18:00 キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years	17:00～18:00 キッズ柔術4-6歳 Kids 4-6 years		
18:15～19:45	18:15～19:15	18:15～19:15	18:15～19:15	18:15～19:15		
柔術・Jiu-Jitsu・EMERSON	キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years	柔術初心者・Jiu-Jitsu beginner No sparring EMERSON	キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years	キッズ柔術7-13歳 Kids 7-13 years		
	19:30～21:00	19:30～21:00	19:30～21:00	19:30～21:00		
20:00～21:00	柔術・Jiu-Jitsu Basic・ANDY	柔術・jiu-jitsu・sparring EMERSON	ノーギベーシック・NOGI Basic・ANDY	柔術・Jiu-Jitsu・ANDY		
柔術初心者・Jiu-Jitsu beginner No sparring EMERSON						
		CLOSE				
						柔術・Jiu-Jitsu Basic NOGI KIDS
						Private lessons all time ok