

	月	火	水	木	金	土	日					
10:00	☆☆ 11時OPEN ☆☆						柔術クラス 10:00 ~ 11:30					
11:00	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  11:00 ~ 19:00  (担当☆関口)	柔術クラス  11:00 ~ 12:30	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  11:00 ~ 22:30	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  11:00 ~ 19:00	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  11:00 ~ 17:00	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  11:00 ~ 16:30	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  11:30 ~ 18:00					
11:30												
12:30												
16:30												
16:45												
17:00											ジュニア格闘技	
17:15											基本練習	
17:30								ジュニア格闘技 基本練習 17:15~18:00			ジュニア格闘技 基本練習 17:15~18:00	キッズ上級生 MMA 17:30~18:15
18:00												
18:15								キッズ上級生 キックボクシング 18:00~18:45			キッズ上級生 寝技 18:00~18:45	
18:30												
18:45						中級者MMA &キックスパー クラス 18:30 ~ 19:30	中級者MMA &キックスパー クラス 18:30 ~ 19:30					
19:00												
19:30	ボディーメイク ダイエットクラス  19:30 ~ 20:30  (担当☆関口)	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  19:00 ~ 20:30		初心者 キッククラス  19:30 ~ 20:30	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  19:00 ~ 20:30							
20:30												
21:00	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  21:00 ~ 22:00  (担当☆関口)	MMAクラス  21:00 ~ 22:30	初心者 柔術 クラス  21:00 ~ 22:30  (担当 ◇樋口)	キックミット フィットネス (フリーレッスン)  21:00 ~ 22:30	柔術クラス  21:00 ~ 22:30	close	close					
22:00												
22:30												

※ 月～金曜日の最終受付は21:30となります。

※ 土曜・日曜日の最終受付は18:30となります。

※ 祝日及び夏季・年末年始の営業は、都度ホームページでお知らせ致します。



TEL 048-577-8676

2020.8.18～