

開始時刻	時間ブロック
9:00	30min

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
09:00							
09:30							
10:00			入門 社交ダンス				
10:30	大人からのクラシックバレエ	ママさんキックボクシング	担当:那須 良太 10:00~11:00	大人からのクラシックバレエ	バランスコーディネーション®	キックボクシング(ムエタイ)キッズ&レディース優先	キックボクシング(ムエタイ)ファミリー優先クラス
11:00	担当:福山 桃子	担当:小原 敏也 10:30~11:30		担当:福山 桃子	担当:庄司 好美	担当:高木 啓介	担当:高木 啓介
11:30	10:30~12:00			10:30~12:00	10:30~12:00	10:30~12:00	10:30~12:00
12:00							
12:30							
13:00						DANCE&GROOVE	誰にでもできる空手
13:30						担当:高橋 もゆる	担当:高木 啓介
14:00						13:15~14:15	13:00~14:15
14:30							
15:00							キックボクシング (ムエタイ)
15:30							担当:高木 啓介
16:00							15:00~16:30
16:30			誰にでもできる空手				
17:00			担当:高木 啓介			呼吸が深まるヨガ	
17:30			16:30~18:00			担当:高橋 奈々	
18:00						17:00~18:30	
18:30							
19:00		フリータイム	フリータイム	フリー&ミット	フリータイム	実戦キックボクシング	
19:30		初心者優先 キックボクシング	フリータイム	担当:新田 輝	キックボクシング (ムエタイ)	担当:河村 龍翔	
20:00		担当:小原 敏也	キックボクシング (ムエタイ)	19:00~22:00	担当:高木 啓介	19:00~20:30	
20:30		19:30~21:00	担当:高木 啓介		19:30~21:00		
21:00		フリータイム	20:00~21:30		フリータイム		
21:30		フリータイム	フリータイム		フリータイム		
22:00	close	close	close	close	close	close	close

MEMO
