

	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							誰でも歓迎キックボクシング
15:30							担当: 高木 啓介
16:00		ティーンズキックボクシング			ティーンズキックボクシング		15:00~16:30
16:30		16:00~18:00	誰にでもできる空手		16:00~18:00		
17:00		担当: 小原 敏也	担当: 高木 啓介		担当: 小原 敏也		
17:30			16:30~17:45				
18:00							
18:30							
19:00		初級キックボクシング 19:00~20:00	フリータイム	フリー&ミット	フリータイム		
19:30		担当: 小原 敏也			誰でも歓迎キックボクシング		
20:00		中級キックボクシング 20:10~21:10	誰でも歓迎キックボクシング	19:00~22:00	19:30~21:00		
20:30		担当: 小原 敏也	20:00~21:30		担当: 高木 啓介		
21:00		初級キックボクシング 21:20~22:20	担当: 高木 啓介	担当: 新田 輝	フリータイム		
21:30		担当: 小原 敏也	フリータイム				
22:00	close	close	close	close	close	close	close

MEMO

※ティーンズキックボクシングは基本的に10代メインですが大学生や専門学生なども参加可能です。途中入退場も可能です。

※ご予約は前日21時までをお願いします。当日の場合は公式LINEからご連絡下さい。

※水・金のフリータイムは予約なしでご利用頂けます。当日参加で21:30を過ぎてご利用希望の場合のみ公式LINEにてご連絡下さい。連絡がなく21:30時点で利用者がいない場合は閉めさせていただきます。

※初級=初心者優先、サンドバック・ミットまで 中級=中級者優先、対人練習あり