



BUNGE 恵比寿本店 クラススケジュール/Class Schedule

2024年6月現在

	月曜日/Mon	火曜日/Tue	水曜日/Wed	木曜日/Thu	金曜日/Fri	土曜日/Sat	日曜日/Sun	
8:00	各クラスは原則BM(ベースメント)にて開催いたします。							8:00
9:00								9:00
10:00			↓都甲トレーナー					10:00
11:00	11:00~(45分) ★~★★ フィジカル&ミットクラス		11:00~(45分) ★★~★★★★ キック&ミットクラス		11:00~(45分) ★ 初級クラス		↓中村トレーナー	11:00
12:00							12:00~(45分) ★~★★★★ スタンダードキッククラス	12:00
13:00								13:00
14:00						↓都甲トレーナー		14:00
15:00				↓黒田トレーナー		15:00~(45分) ★~★★★★ スタンダードキッククラス		15:00
16:00	↓堀トレーナー			16:00~(45分) キッズクラス				16:00
17:00	17:00~(45分) キッズクラス							17:00
18:00					↓都甲トレーナー	<p>パーソナルトレーニングは全日、 営業時間外も受け付けております。</p> <p>祝日は土曜日クラススケジュールと 同じスケジュールとなります。</p>		18:00
19:00	↓木村トレーナー	↓都甲トレーナー	19:00~(45分) ★★~★★★★ ヒップアップキッククラス	19:00~(45分) ★★★ キック&ミットクラス	19:00			
20:00	20:00~(45分) ★ 初級レディースクラス	20:00~(45分) ★~∞ ハードエクササイズ	20:00 ★~★★★★ 基本・型		20:00			
21:00	↑入会から1年未満の方	↑あなた次第の強度	↑都甲トレーナー		21:00			

 はキックボクシング男女混合クラス
 は女性専用クラス
 ★1~2は初心者向け
 ★3~は中級者向け
 ★4~は上級者向け

<p style="color: red; margin: 0;">営業時間</p> <p>平日 10:00~22:00 土日祝 10:00~18:00 ※祝日は土曜日クラススケジュールと同じになります。</p>	<p style="color: red; margin: 0;">注意事項</p> <p>当日キャンセル時、当日時間変更時のパーソナルチケットは 原則、キャンセル料として頂戴します。</p>
--	---