

	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								8:00
9:00			↓あらしトレーナー				↓あらしトレーナー	9:00
10:00			10:00～(45分) ★★★★ サンドバック打ち				10:00～(45分) ★★★★ サンドバック サーキットクラス	10:00
11:00								11:00
12:00								12:00
13:00						↓菊池トレーナー	↓菊池トレーナー	13:00
14:00						14:00～(90分) ★★★★ ストロングクラス	14:00～(90分) ★★★★ ストロングクラス	14:00
15:00								15:00
16:00								16:00
17:00								17:00
18:00						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。 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。	18:00	
19:00			↓都甲トレーナー	↓↓黒田トレーナー			19:00	
20:00	↓都甲トレーナー		20:00～(45分) ★★★～★★★★ 対人テクニック &スパーリングクラス		20:00～(45分) ★★★ スタンダードクラス		20:00	
21:00	21:00～(45分) ★★★★ ライトスパークラス				21:00～(45分) ★★★★ ライトスパークラス	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

営業時間

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。

注意事項

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。