





BUNGE 恵比寿 本店 クラススケジュール/Class Schedule

2025年1月～

	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						
10:00								10:00					
11:00	11:00～ ★～★★ フィジカル&ミット		11:00～ ★★～★★★★ キック&ミット ↑都甲トレーナー		11:00～ ★ 初級			11:00					
12:00							12:00～ ★★～★★★★ スタンダードキック ↑中村トレーナー	12:00					
13:00	各クラスはBM（ベースメント）にて実施いたします。 各クラスのレッスン時間は45分となります。								13:00				
14:00													14:00
15:00												↓都甲トレーナー 15:00～ ★★～★★★★ スタンダードキック	15:00
16:00				16:00～ キッズ ↑黒田トレーナー				16:00					
17:00	17:00～ キッズ ↑堀トレーナー							17:00					
18:00					↓都甲トレーナー		★1～2：初心者向け ★3～：中級者向け ★4～：上級者向け	18:00					
19:00	↓木村トレーナー 入会から1年未満の方	↓都甲トレーナー 強度はあなた次第		19:00～ ★★～★★★★ ヒップアップキック	19:00～ ★★★ キック&ミット		パーソナルトレーニングは 全日、営業時間外もお受けしております	19:00					
20:00	20:00～ ★ 初級レディース	20:00～ ★～∞ ハードエクササイズ		20:00～ ★ グラップリング	←焙煎たがい。トレーナー		祝日はクラスが変更になる場合がございます	20:00					

各クラスはBM（ベースメント）にて実施いたします。
各クラスのレッスン時間は45分となります。

 キックボクシング男女混合
 女性専用

★1～2：初心者向け
 ★3～：中級者向け
 ★4～：上級者向け
 パーソナルトレーニングは
 全日、営業時間外もお受けしております
 祝日はクラスが変更になる場合がございます

営業時間
平日 10:00～22:00 土日祝 10:00～18:00

お知らせ
クラスのご予約は不要です。途中入退場可能。