

タイムスケジュール ★最終入館時刻は、最終時刻のクラスまたはフリー終了の 30 分前です。

時刻	月	火	水	木	金	土	日	時刻	
10:00		休館日					10:30 ~ 11:30 パーソナル(要予約)	10:00	
11:00	11:00 ~ 12:00 パーソナル(要予約)						11:00 ~ 12:00 パーソナル(要予約)	11:00	
12:00	12:30 ~ 13:30 パーソナル(要予約)		12:00 ~ 13:00 パーソナル(要予約)			12:00 ~ 13:00 パーソナル(要予約)	12:30 ~ 13:30 パーソナル(要予約)	12:00 ~ 12:50 フリー 工藤 "Red" 玲央	12:00
13:00				13:30 ~ 14:30 パーソナル(要予約)	13:30 ~ 14:30 パーソナル(要予約)	13:30 ~ 14:30 パーソナル(要予約)		13:00 ~ 14:00 ビギナーキッククラス 工藤 "Red" 玲央	13:00
14:00	14:00 ~ 15:00 パーソナル(要予約)						15:00 開館	14:15 ~ 15:15 ※1 テクニックキッククラス 工藤 "Red" 玲央	14:00
15:00			15:00 ~ 16:00 パーソナル(要予約)	15:00 ~ 16:00 パーソナル(要予約)	15:00 ~ 16:00 パーソナル(要予約)	15:00 ~ 16:00 パーソナル(要予約)	15:00 ~ 15:50 フリー 綿田	15:30 ~ 16:30 ※2 初心者スパークラス 工藤 "Red" 玲央	15:00
16:00				16:30 ~ 17:30 パーソナル(要予約)	16:30 ~ 17:30 パーソナル(要予約)	16:30 ~ 17:30 パーソナル(要予約)	16:00 ~ 17:00 Kickout 向 智子	17:00 閉館	16:00
17:00	18:00 開館			18:00 開館	18:00 開館	18:00 開館	17:15 ~ 18:15 レディースクラス 綿田 草子	17:00 ~ 18:00 パーソナル(要予約)	17:00
18:00	18:00 ~ 18:50 フリー 工藤 "Red" 玲央			18:00 ~ 18:50 フリー 犬童 凜	18:00 ~ 18:50 フリー 犬童 凜	18:00 ~ 18:50 フリー 工藤 "Red" 玲央	18:30 ~ 19:30 ビギナーキッククラス 綿田 草子	18:30 ~ 19:30 パーソナル(要予約)	18:00
19:00	19:00 ~ 20:00 レディースクラス 綿田 草子			19:00 ~ 20:00 ビギナーキック&コアトレ クラス 清原 康介	19:00 ~ 20:00 ビギナーキッククラス 犬童 凜 + 工藤 "Red" 玲央	19:00 ~ 20:00 ビギナーキッククラス 工藤 "Red" 玲央			19:00
20:00	20:15 ~ 21:15 ビギナーキッククラス 工藤 "Red" 玲央			20:15 ~ 21:15 ※1 テクニックキッククラス 清原 康介	20:15 ~ 21:15 Kickout 向 智子	20:15 ~ 21:15 ※1 受け返しクラス 工藤 "Red" 玲央	19:45 ~ 20:45 ※1 テクニックキッククラス 工藤 "Red" 玲央	20:00 ~ 21:00 パーソナル(要予約)	20:00
21:00	21:30 ~ 22:30 ※1 スプリットキッククラス 工藤 "Red" 玲央			21:15 ~ 22:15 フリー 清原 康介	21:15 ~ 22:15 フリー 工藤 "Red" 玲央	21:30 ~ 22:30 ※2 ライトスパークラス 工藤 "Red" 玲央	20:45 ~ 21:45 フリー 工藤 "Red" 玲央		21:00
22:00	23:00 閉館			22:45 閉館	22:45 閉館	23:00 閉館	22:15 閉館		22:00
23:00				23:00 ~ 24:00 パーソナル(要予約)			22:30 ~ 23:30 パーソナル(要予約)		23:00
時刻	月		火	水	木	金	土	日	時刻

※1 : レガースが必要なクラスです。

※2 : レガース + ヘッドギア + 16oz のグローブが必要なクラスです。