

コーススケジュール

	月			火			水	木			金			土			日			
	ボクシング	フィットネス	ヨガ・ピラティス	ボクシング	フィットネス	ヨガ・ピラティス		ボクシング	フィットネス	ヨガ・ピラティス	ボクシング	フィットネス	ヨガ・ピラティス	ボクシング	フィットネス	ヨガ・ピラティス	ボクシング	フィットネス	ヨガ・ピラティス	
10:00																	10:00~			10:00
10:30																				10:30
11:00																				11:00
11:30																				11:30
12:00																				12:00
12:30																				12:30
13:00	13:00~			13:00~				13:00~			13:00~			13:00~						13:00
13:30																				13:30
14:00																				14:00
14:30																				14:30
15:00																				15:00
15:30																				15:30
16:00																				16:00
16:30																				16:30
17:00	ボクシング			ボクシング				ボクシング			ボクシング			ボクシング						17:00
17:30																				17:30
18:00																				18:00
18:30																				18:30
19:00		18:30-19:30 レディース ボクシング 嶋田会長																		19:00
19:30																				19:30
20:00																				20:00
20:30																				20:30
21:00																				21:00
21:30	~21:30			~21:30				~21:30			~21:30			~21:30			~19:30			21:30
	21:30 CLOSE			21:30 CLOSE			定 休 日	21:30 CLOSE			21:30 CLOSE			21:30 CLOSE			19:30 CLOSE			

★「ボクシング」は青枠の中でしたら好きな時間をご利用いただけます。

★「フィットネス」「ヨガ」は、開始時間が決まっていますので時間に余裕をもってお越しください。