

月		火		水		木		金		土			
フィットネスキック ★ 出員 10:30~11:30	Free training	2		フィットネスキック ★ 出員 10:30~11:30	Free training	パーソナルトレーニング 受付時間帯		パーソナルトレーニング ★ 伊藤 10:30~11:30	Free training	親子キック(キッズ) ★ 出員 13:00~13:50			
パーソナルトレーニング 受付時間帯				パーソナルトレーニング 受付時間帯				パーソナルトレーニング 受付時間帯				パーソナルトレーニング 受付時間帯	
キッズキック 小学生の部 ★ 出員 17:00~17:50		ミットトレーニング ★ 伊藤 17:00~17:50		キッズキック 小学生・幼児の部 ★ 出員 16:00~16:50		キッズキック 小学生(低学年・幼児の部) ★ 出員 16:00~16:50		キッズキック 小学生(低学年・幼児の部) ★ 出員 16:00~16:50		テクニクキック ★ 出員 16:00~16:50			
キッズキック 選手クラス ★ 出員 18:00~18:25	Free training	初級キック ★ 伊藤 18:00~18:50		ダイエットキック ★ 出員 18:00~18:50		Free training		キッズキック 小学生中・高学年の部 ★ 出員 17:00~17:50		マスパークラス ★ 出員 17:00~17:30			
ダイエットキック ★ 出員 18:30~19:20		初級キック ★ 伊藤 19:00~19:50		初級キック ★ 出員 19:00~19:50				キッズキック 小学生中・高学年の部 ★ 出員 17:00~17:50		中学・高校生クラス ★ 出員 18:00~18:50		18:00 CLOS ED	
初級キック ★ 出員 19:30~20:20		ダイエットキック ★ 伊藤 19:00~19:50		初級キック ★ 出員 19:00~19:50				フィジカル ★ 本庄 19:00~19:50		ダイエット空手 ★ 本庄 19:00~19:50		パーソナルトレーニング 受付時間帯	
キックHIIT ★ 出員 20:30~21:00		アドバンスキック ★ 伊藤 20:00~20:50		アドバンスキック ★ 出員 20:00~20:50				アドバンス空手 ★ 本庄 20:00~20:50		初級グロープ空手 ★ 本庄 20:00~20:50			
マスパークラス ★★★ 出員 21:00~21:30		フィジカル ★ 伊藤 21:00~21:30		マスパークラス ★★★ 出員 21:00~21:30				釣糸組手 ★ 本庄 21:00~21:30		空手補強 ★ 本庄 21:00~21:30			
22:00 CLOS ED													