

	月	火	水	木	金	土	日
8:00		筋トレクラス		筋トレクラス			女子クラス
9:30							
10:00		ファミリークラス(子連れOK)キック&筋トレ		ファミリークラス(子連れOK)キック&筋トレ		S×Gクラス(幼稚園)	女子クラス
10:30							
11:00						S×Gクラス(小学生)	ファミリークラス(子連れOK)キック&筋トレ
11:30							
12:00	昼休憩				CANダンスクラス	蹴りクラス(高学年クラス)	キッククラス
12:30							
13:00	ファミリークラス(子連れOK)キック&筋トレ	キッククラス	キッククラス	キッククラス	CANダンスクラス	廣岡トレーナーミットクラス	
13:30							
14:00						廣岡トレーナーライトスパーリングクラス	
14:30							
15:00	フィジカル&ミットクラス			フィジカル&ミットクラス			
15:30			フィジカル&ミットクラス				
16:00		S×Gクラス(幼稚園)					
16:30							
17:00		S×Gクラス(小学生)					
17:30							
18:00		蹴りクラス(高学年クラス)	フィジカル&ミット				
18:30							
19:00		キッククラス初級	キッククラス		筋トレクラス		
19:30						キッククラス	
20:00	女子キッククラス	キッククラス	筋トレクラス				
20:30							
21:00							
21:30	選手クラス				選手クラス		
22:00							
22:30							
23:00							

パーソナルトレーニングの予約はクラス開催していない日程(要予約)