

Challenger GYM クラススケジュール

担当トレーナー

- ① 大黒 斗
- ② 黒須 亮太
- ③ 岩田 結月
- ④ 廣岡 和功
- ⑤ CAN★

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9:00							
10:00	パーソナル	① 筋トレクラス ② ファミリークラス キック&筋トレ	パーソナル	③ 筋トレクラス ④ ファミリークラス キック&筋トレ	パーソナル	パーソナル	女子専用クラス キック&筋トレ
11:00		パーソナル		パーソナル		⑤ S&Gクラス 幼稚園	女子専用クラス キック&筋トレ
12:00						⑥ S&Gクラス 1年～3年	⑦ ファミリークラス キック&筋トレ
13:00	昼休憩						⑧ キッククラス
14:00	① ファミリークラス キック&筋トレ	② キッククラス	③ キッククラス	④ キッククラス	パーソナル	⑤ トレーナー ミットクラス	
15:00	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル		⑥ トレーナー ライトスパーククラス	
16:00	⑦ フィジカル& ミットクラス		⑧ フィジカル& ミットクラス	⑨ フィジカル& ミットクラス	⑩ ダンスクラス		
17:00		⑪ S&Gクラス 幼稚園			⑪ ダンスクラス		
18:00	パーソナル	⑫ S&Gクラス 1年～3年	パーソナル		パーソナル		
19:00		⑬ S&Gクラス 4年～中学3年	⑭ フィジカル& ミットクラス	パーソナル	⑬ 筋トレクラス	パーソナル	
20:00	⑮ 女子専用 キッククラス	⑯ キッククラス	⑰ キッククラス		⑮ キッククラス		
21:00		パーソナル	筋トレクラス		パーソナル		
22:00	⑰ 選手クラス		パーソナル		⑱ 選手クラス		

※1レッスン50分

当ジムでは、ご入会のお客様に対してスケジュール内のどのレッスンもご受講頂けます。ご興味に応じて好きなレッスンをご予約ください。

なお、パーソナルに関してはLINEもしくはジム内で「トレーナー」を指名の上、直接ご予約ください。それ以外はSTORESよりお願いいたします。

モデルケース(ベーシックプラン・月4回) 男性 キックボクシングに興味がある方

選手クラス + 筋トレクラス + 筋トレクラス + キッククラス

モデルケース(ベーシックプラン・月4回) 女性 体を引き締めたい人向け

女子専用クラス
キック&筋トレ + フィジカル&
ミットクラス + 女子専用
キッククラス + 女子専用クラス
キック&筋トレ

体験並びにパーソナルの
ご予約はこちらから

