

Challenger GYM クラススケジュール

レッスンを予約する

担当トレーナー

- ① 大黒 力斗
- ② 黒須 亮太
- ③ 岩田 結月
- ④ 廣岡 和功
- ⑤ CAN★
- ⑥ 野田 以心

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

※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領頂けます。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 + 女子専用クラス 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

