

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★

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

