

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
10:00	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	ヨガ&COMBAT (予約)	ブラジリアン柔術 (予約)
11:00	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習		
12:00	FREE & パーソナル	FREE & パーソナル	FREE & パーソナル	FREE & パーソナル	FREE & パーソナル	FREE & パーソナル (第2, 第4土曜)	FREE
13:00							
14:00							
15:00	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	
16:00	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	FREE/選手練習	
17:00	FREE	FREE & パーソナル	FREE	FREE & パーソナル	FREE	FREE & パーソナル (第2・第4土曜)	
18:00	ジュニアクラス 18:00-19:00		ジュニアクラス 18:00-19:00		ジュニアクラス 18:00-19:00		
19:00	ボクシング 19:00-20:00	キックボクシング 19:00-20:00	ボクシング 19:00-20:00	MMA 19:00-20:00	ボクシング 19:00-20:00		
20:00	ボクシング 20:00-21:00	キックボクシング 20:00-21:00	ボクシング 20:00-21:00	MMA 20:00-21:00	ボクシング 20:00-21:00		
21:00	ボクシング 21:00-21:30	キックボクシング 21:00-21:30	ボクシング 21:00-21:30	MMA 21:00-21:30	ボクシング 21:00-21:30		