2023.1月

MON

	A	B	C
10:00	フィジカル 1/9,30　代行 1/16,23　REIKA		
11:00	ボクシング ウィッキー 1/23代行		
12:00			
13:00	パーソナルご予約 受付中		
14:00			
15:00			
16:00	SUMO 拳太郎		
17:00	キッズMMA ウィッキー 1/23代行		パーソナルご予約受付中
18:00		MMA ストライキング スソン	
19:00	柔術 グラップリング トミー		フリーミット 1/16,23 瑠偉 1月30日 拳太郎
20:00	柔術 グラップリング トミー	MMA アーセン	
21:00	プロアマ練		
22:00			

TUE

	A	B	C
10:00	フィジカル＆ストレッチ ウィッキー　1/24代行		
11:00	プロ練		
12:00			
13:00	パーソナルご予約 受付中		
14:00			
15:00			
16:00	キッズMMA ウィッキー 1/24代行		
17:00		17:30～18:30 キッズチア Mei	パーソナルご予約受付中
18:00	プロ 打ち込み練		
19:00	キック ボクシング 珅太郎		フリーミット 1/10宮島 1/17,24,31 漆間
20:00	キック ボクシング 珅太郎	プロMMA アーセン	
21:00	プロアマ練		
22:00			

WED

	A	B	C
10:00	ヨガ TOMOMI		
11:00			
12:00	フリーミット ゲンナロン		
13:00	ムエタイ ゲンナロン		
14:00	パーソナルご予約 受付中		
15:00			
16:00	KIDS FIT ENGLISH 体力強化 Scott		
17:00	17:00-18:00 キッズレスリング Scott		パーソナルご予約受付中
18:00			
19:00	キック ボクシング 珅太郎	MMA アーセン	
20:00	プロアマ練	女性限定 キック 珅太郎	
21:00			
22:00			

THU

	A	B	C
10:00	ボクシング ウィッキー 1/19代行		
11:00	プロ練		
12:00			
13:00	パーソナルご予約 受付中		
14:00			
15:00			
16:00	キッズMMA ウィッキー 1/19代行		
17:00	キッズボクシング 芽依 珅太郎		パーソナルご予約受付中
18:00		女性限定 キック 珅太郎	
19:00	柔術 マイケ	キック ボクシング 珅太郎	フリーミット 1/5宮島 1/12,26拳太郎
20:00	柔術 マイケ	MMA アーセン	瑠偉1/19
21:00	プロアマ練		
22:00			

FRI

	A	B	C
10:00	フィジカル		
11:00	11:00～12:30 護身術 ハガイ		
12:00			
13:00	パーソナルご予約 受付中		
14:00			
15:00			
16:00	KIDS FIT ENGLISH 体力強化 Scott		
17:00	17:00-18:00 キッズレスリング Scott		パーソナルご予約受付中
18:00	MMA アーセン		
19:00	MMA 高橋		フリーミット 1/6宮島 1/13,20,27嶺
20:00			
21:00	プロアマ練		
22:00			

SAT

	A	B	C
10:00	ストレッチ ウィッキー 1/21　代行		
11:00	キックボクシング ウィッキー 1/21　代行		
12:00			
13:00	13:00～14:30 キッズ 体力強化 泉田、Scott		
14:00			
15:00	14:40～16:40 キッズレスリング 選手クラス 泉田、Scott		
16:00			
17:00	大人レスリング 泉田		パーソナルご予約受付中
18:00			
19:00	プロアマ練		
20:00	19:30～20:30 筋トレ 1/7 休み　稲垣		
21:00	プロアマ練		
22:00			

SUN

	A	B	C
10:00			
11:00	ヨガ MOMOCO 1/22 RIKA		
12:00			
13:00	フィジカル 拳太郎 1/15お休み		
14:00	ボクシング 芽依 1/15お休み		
15:00			
16:00	パーソナルご予約 受付中		
17:00			
18:00			
19:00			
20:00			
21:00			
22:00			

NEWS＆EVENT

1/4(水)～通常営業

1/16,23(月）REIKA　フィジカル

1/15(日）イベントのためクラスお休み

NEW CLASS

1/18（水）～25（水）

ウィッキー先生お休み

1/7(土）稲垣先生お休み