12月

MON

	A	B	C
10:00	ボディメイク REIKA NEW 12/26 開催		
11:00	ボクシング ウィッキー		
12:00	パーソナルご予約受付中		
13:00			
14:00			
15:00			
16:00	SUMO 拳太郎 NEW		
17:00	キッズMMA ウィッキー、間宮		パーソナルご予約受付中
18:00	女性限定 ムエタイ 拳太郎	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	NEW	フリーミット 12/5 宮島 12/12.19,26 拳太郎
20:00	柔術 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 NEW ウィッキー		
11:00	プロ練		
12:00	パーソナルご予約受付中		
13:00			
14:00			
15:00			
16:00	キッズMMA ウィッキー、間宮		
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		マシン説明会 ビギナー向け
19:00	キック ボクシング 珈太郎		フリーミット 12/13 瑠偉
20:00	キック ボクシング 珈太郎	プロMMA アーセン 11/8宮島	12/6,20,27 漆間
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		マシン説明会 ビギナー向け
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 珈太郎	MMA アーセン	フリーミット 12/7 瑠偉
20:00		女性限定 キック 珈太郎	12/14,21,28 拳太郎
21:00	プロアマ練		
22:00			

THU

	A	B	C
10:00	ボクシング ウィッキー		
11:00	プロ練		
12:00	パーソナルご予約受付中		
13:00			
14:00			
15:00			
16:00	キッズMMA ウィッキー		
17:00	キッズボクシング 芽依 珈太郎		パーソナルご予約受付中
18:00		女性限定 キック 珈太郎	マシン説明会 ビギナー向け
19:00	柔術 マイケ	キック ボクシング 珈太郎	フリーミット 12/1 宮島 12/8 瑠偉 12/15,22 拳太郎 12/29お休み
20:00	柔術 マイケ	MMA アーセン	
21:00	プロアマ練		
22:00			

FRI

	A	B	C
10:00	フィジカル 齊藤		
11:00	11:00～12:30 護身術 ハガイ		
12:00	パーソナルご予約受付中		
13:00			
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、嶺		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 12/2 宮島 12/9,16 嶺 12/23 お休み
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		
11:00	キックボクシング ウィッキー		
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 間宮		
16:00			
17:00	大人レスリング 泉田 12/10おやすみ		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 稲垣		
21:00	プロアマ練		
22:00			

SUN

	A	B	C
10:00			
11:00	ヨガ MOMOCO、RIKA 12/18 RIKA		
12:00			
13:00	フィジカル 拳太郎		
14:00	ボクシング 12/11お休み 芽依		
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

12/4イベント開催。16:00～　観覧料1

年末年始休暇 12/30～1/3
12/29は17時閉館。
24GYMは年末年始も営業。

NEW CLASS

26日月曜10:00～
ボディメイククラス
月曜16:00～SUMOクラス
月曜18:00～MMAクラス
火曜18:00水曜16:00木曜18:00
スタッフによるビギナーさん向け
マシン説明会