

# 2023年 2月1日(水)～ TSDKALI金沢店レッスンスケジュール

※リズムミックボクシングはTSDKALIの登録商標です。登録商標4057073

	(月)		(火)		(水)		(木)		(金)		(土)		(日)															
			1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2														
10:00	<p>毎週月曜/祝日 休館日</p> <p>2月休館日 6(月) 11(祝) 13(月) 20(月) 23(祝) 27(月)</p>														<p>特に初心者におすすめの、リズムボクの全ての動きの基盤となる入門クラスが登場！ リズムボクを始めて間もない方にぜひご参加頂きたいクラスです。 さらに痩せる動きが出来るようになり、技術も向上する事間違いなし！！</p>													
10:30															<p>どなたでもご参加頂けます！</p>													
11:00			OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 11:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45															
11:30			TUボクシング 入門編		初級		TU KALI入門編		TU KALI 中級		TUリズムボク 入門編		TUリズムボク 入門編															
12:00			初級		初級		TU KALI初級		初級		初級		初級															
12:30			TU KALI入門編		ジークンドー 入門編		TU KALI初級		大阪イントラ 生中継 初級		TU KALI入門編		TU KALI入門編															
13:00			TU KALI 初級		TU KALI入門編		中級		TU KALI入門編 相対		TU KALI入門編		TU KALI入門編															
13:30			生中継 上級		初級		TU リズボクゴルフ 入門編		TU KALI入門編 相対		初級		生中継															
14:00			生中継 初級		中級入門		大阪イントラ 生中継 TU KALI初級		TU KALI 中級		初級		初級															
14:30							生中継 初級		生中継 中級入門		初級		初級															
15:00																												
15:30																												
16:00	<p>難易度... ☆ ★ 脂肪燃焼度... 🔥</p> <p>入門編のクラスは通常クラスの脂肪燃焼効果をさらに上げて頂く為のクラスです。 難易度はすべて星半分！</p>																											
16:30			TUリズムボク 入門編		TUキックボクシング 入門編		TUボクシング 入門編		TU KALI 入門編		ジークンドー 入門編		TUリズムボク ゴルフ入門編															
17:00			キッズ リズボク (小学1年～)		大阪イントラ 生中継 初級		キッズ リズボク (小学1年～)		大阪イントラ 生中継 初級		キッズ リズボク (小学1年～)		TU KALI入門編															
17:30			TUキックボクシング 入門編		大阪イントラ 生中継 中級入門		ジークンドー 入門編		大阪イントラ 生中継 初級		TU KALI入門編		TU KALI入門編 相対															
18:00			初級		初級		初級		初級		初級		初級															
18:30			初級		初級		初級		初級		初級		初級															
19:00			TU KALI入門編		生中継 初級		TU リズボクゴルフ 入門編		TUボクシング 入門編		初級		初級															
19:30			リズボク 入門		初級		TU リズボクゴルフ 入門編		大阪イントラ 生中継 初級		初級		初級															
20:00			生中継 初級		TU リズボクゴルフ 入門編		大阪イントラ 生中継 初級		生中継 初級		初級		初級															
20:30																												
21:00			CLOSE 21:00		CLOSE 21:00		CLOSE 21:00		CLOSE 21:00		CLOSE 19:45		CLOSE 19:15															

大阪イントラ 生中継

プレミアム会員様のみ受講可能！  
大阪インストラクターの生中継レッスンを  
金沢店スタジオで受講できる！！

**リズムミックボクシング**  
TAKASHI UCHINO ORIGINAL