

<令和8年1月20日(火)～ TSDKAL I大阪本店 レッスンスケジュール>

全てのプログラムは
予約不要！途中入退室自由！
リズムボク&武術クラス
でシェイプアップ！
&強い体を作る！
生はご自宅でzoomでも
参加できます。

受け放題プログラム

脂肪燃焼・健康増進
オリジナルエクササイズ
リズムミックボクシング®・TU KALI

各レッスンのご紹介映像はこちら

武術クラス (TUMA)
8つの武術を学んで
強くなる・技術を磨く

各レッスンのご紹介映像はこちら

オプションプログラム

リズムボク開発者TUが指導
チケットで気軽に参加
初心者OK

リズムボクにしかない！
1曲・振付け・痩せる
2ヶ月間！

キッズクラス
対象：4歳～中学3年生の男女



全てのプログラムは
リズムボク開発者TUが作る
オリジナルプログラムです。

1/20(火)～2/28(土)リズムボク開発者TUが作る
"痩せる振付"「コリオレッスン」がスタート！
今回は、初めての方にぜひ参加頂きたいコリオをご用意
PHANTOMグループをはめて、基礎からしっかり学べ
る！そして何より【とにかく痩せる！】
So be it KALIリズムボクだけの数字を使ったKALIの
コリオ。初めての方でも安心して挑戦できます
それぞれ、1コリオ×10回参加 (¥11,000)
2コリオお申込みで受け放題！

1月休館日
1/1(木)、2(金)、3(土)、4(日)
12(月)、19(月)、26(月)
2月休館日
2/2(月)、9(月)、11(祝)
16(月)、23(祝)

月曜日・祝日 休館日

スタジオ	火		水		木		金		土		日		スタジオ
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	
8:00													8:00
9:00													9:00
9:30													9:30
9:45													9:45
10:00													10:00
10:30													10:30
11:00													11:00
11:30													11:30
12:00													12:00
12:30													12:30
13:00													13:00
13:30													13:30
14:00													14:00
14:30													14:30
15:00													15:00
15:30													15:30
16:00													16:00
16:30													16:30
17:00													17:00
17:30													17:30
18:00													18:00
18:30													18:30
19:00													19:00
19:30													19:30
20:00													20:00
20:30													20:30
21:00													21:00

CLOSE 21:15

1/29、2/12、2/19のみ開催

1/30、2/6、2/13、2/20のみ開催