

【金沢店】

〈令和2年7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	
		第1スタジオ	第1スタジオ	第1スタジオ	第1スタジオ	第1スタジオ	第1スタジオ	
9:00	 <p>月曜日・祝日 休館</p> <p>体験時に必要なモノ/</p> <p>①運動しやすい服装 ②上履き ③汗拭き用のタオル ④ミネラルウォーター ⑤体験レッスン代金 1,000円（税別） ※予約制 076-234-3208まで</p> <p>【キッズ会員の皆さまへ】 キッズクラスの火曜～金曜の開始時間を変更致しました。 お時間をご確認の上、お間違えないよう よろしくお願い致します。</p> <p>【一般会員の皆さまへ】 キッズリズムボクへの参加は、キッズ会員のみとさせていただきます。 何卒、よろしくお願い申し上げます。</p>						OPEN 8:45 9:00 キッズリズムボク (小学1年～)	
9:30							OPEN 9:45	
10:00							10:00	OPEN 10:15
10:30			OPEN 10:45	OPEN 10:45	OPEN 10:45		初級	10:30 初級
11:00			11:00 初級	11:00 中級入門	11:00 初級 コンビネーション		11:00 中級入門	11:30 TUKALI初級 打ち合いなし
11:30						OPEN 11:45		
12:00			12:00 上級	12:00 初級 キックエイト	12:00 中級	12:00 初級	12:00 上級	12:30 8×8 30回
12:30			TUKALI初級 打ち合いなし 【全身者シェイプ321】	13:00 TUKALI初級 打ち合いなし	13:00 初級	13:00 初級 コンビネーション	13:00 TUKALI初級 打ち合いなし	13:00 中級
13:00			TUKALI初級 打ち合いなし 【三三七拍子ピンダリオ】	14:00 初級 【下腹さよならイン&アウト】	TUKALI初級 打ち合いなし 【必須科目コッキング】	14:00 中級入門	14:00 初級	14:00 初級 コンビネーション
13:30								
14:00		15:00 【オンライン配信】 生中継 TUKALI初級	15:00 【オンライン配信】 生中継 TUKALI初級		15:00 【オンライン配信】 生中継 リズボク中級	<p>15:30より 館内の換気、及び、除菌清掃の為 一度閉館致します 16:15より再度オープン致します</p>		
14:30								
15:00								
15:30								
16:00								
16:30						16:30 初級 コンビネーション	16:30 中級入門	
17:00		17:00 キッズリズムボク (小学1年～)	17:00 キッズリズムボク (小学1年～)	17:30 【オンライン配信】 生中継 リズボク初級	17:00 キッズリズムボク (小学1年～)	17:30 TUKALI打ち合いなし 【ちよいムズKALIパラレル編】	TUKALI中級 打ち合いなし	
17:30						18:00 【ちよいムズKALIパラレル編】	18:00 初級	
18:00		18:00 初級 キックエイト	18:00 初級	18:00 中級入門	18:00 初級	18:30 中級入門	CLOSE 19:30	
18:30		19:00 初級	13:00 TUKALI初級 打ち合いなし	19:00 初級	19:00 初級 NEWエイト			
19:00		20:00-20:45 中級入門	20:00-20:45 初級	20:00-20:45 初級 【ノリノリ美尻パンチ】	20:00-20:45 【オンライン配信】 生中継 リズボク初級			
19:30								
20:00								
20:30								

CLOSE 21:00

CLOSE 21:00

CLOSE 21:00

CLOSE 21:00

◆7月休館日 6.13.20.23.24.27
◆サイズチェック随時行っております！
フロントにてご予約ください！
◆レッスンスケジュールは、変更となる場合がございます

見学体験随時受付中
TEL:076-234-3208

のレッスンは、
Takashi Uchino オリジナル オンラインフィットネスにてリアルタイムで配信されます。受信される皆様は映ることはありません。皆様、通常通り自由にご参加頂けるレッスンです。

