

<令和8年7月1日(水)~

TSDKAL | 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！途中入室自由！

受け放題プログラム (予約不要)

脂肪燃焼・健康増進 オリジナルエクササイズ

武術クラス (TUMA) 8つの武術を学んで強くなる・技術を磨く

エンジョイ リズボク (Keep Moving) TUが担当するリズボクの核心クラス

MA入門クラス まだTUMAに参加した事のない方、白帯、黄帯、緑帯の方が参加できるクラス

オプションプログラム (予約不要)

リズボク開発者TUが指導 チケットで気軽に参加 初心者OK

キッズクラス 対象：4歳~中学3年生の男女

リズボクにしかない！ 1曲・振り付け・痩せる 6/2(火)~7/23(木)



全てのプログラムはリズボク開発者TUが作るオリジナルプログラムです。

7月26日(日) TAKASHI UCHINO PRODUCE RHYTHBOX LIVE 2026 in Zepp Namba Osaka開催!

7月休館日 7/6(月)、13(月) 20(月)、25(土) 26(日)、27(月)

月曜日・祝日 休館日

Main lesson schedule table with columns for days (火, 水, 木, 金, 土, 日) and time slots (8:00 to 22:00). Includes various class names like 'リズボク初級', '武術 KALI', 'Demon Hunter', etc.

レッスンスケジュールは、変更となる場合がございます。何卒ご理解のほどよろしくお願いたします。

赤色点線内のレッスンは映像をご覧いただきながら受けて頂くクラスです。

パーソナルレッスン随時予約受付中... フォームのチェック、ミット打ち、短時間でのシェイプアップなど

