# 【大阪本店】 ＜令和５年５月３０日（火）～６月４日（日）　ＴＳＤＫＡＬＩ大阪本店　レッスンスケジュール＞

リズミックボクシング TAKASHI UCHINO ORIGINAL

※リズミックボクシングは、TSDカリの登録商標です。（登録商標4057073）

**毎週 月曜日・祝日 休館日**

**5月休館日**

5/3(祝)、4(祝)
5(祝)、8(月)
15(月)、22(月)
29(月)

**初級のレッスンは、全てご体験頂けるレッスンです。お気軽に、お電話ください！**
**TEL:06-6367-8715**

## コリオ発表会＆体験会開催！

●6月3日（土）15：00～

痩せる！
楽しい！
夢中になれる！

### 月・火・水・木・金・土・日 スタジオ1

- 生 11:00 リズボク初級
- 12:00美脚準備編
- 12:15 リズボクキック初級
- 13:00 TUKALI初級
- 13:30 リズボク初級 ジークンドー編
- 14:00 リズボク中級
- 生 15:00 リズボク初級
- 生 17:00 リズボク中級入門
- 18:00 リズボクゴルフ 飛距離アップ編
- 18:30 リズボク初級 滝汗脂肪燃焼
- 19:00脂肪燃焼着火編
- 生 19:15 リズボク初級
- 20:00-20:45 リズボク中級入門 チャレンジクラス

OPEN 10:45　CLOSE 21:00

### 火 スタジオ2

- 18:00 リズボク初級

### 水 スタジオ1

- 11:00脂肪燃焼着火編
- 生 11:15 リズボク初級
- 生 12:00 リズボク中級入門
- 12:45 TUボクシング
- 13:15 リズボク初級 サンドバッグ サークル
- 生 14:00 TUKALI初級
- 14:30 リズボク 中級入門
- 15:30 リズボク初級 ボクシング編
- 生 17:00 リズボク上級
- 17:45脂肪燃焼着火編
- 18:00 リズボク初級
- 18:30 リズボク初級 ジークンドー編
- 19:00 リズボク初級 ボクシング編
- 生 20:00-20:45 リズボクキック初級

OPEN 10:45　CLOSE 21:00

### 水 スタジオ2

- 18:00 TUKALI初級

### 木 スタジオ1

- 11:00 リズボク初級
- 生 12:00 リズボク初級 ボクシング編
- 13:00 TUボクシング
- 13:30 TUKALI初級
- 14:00 リズボクゴルフ 飛距離アップ編
- 生 14:30 リズボク初級
- 15:30 リズボク中級
- 生 17:00 リズボク初級 ボクシング編
- 18:00美脚準備編
- 18:15 リズボクキック初級
- 生 19:00 リズボク初級
- 20:00 リズボク初級 サンドバッグ サークル

OPEN 10:45　CLOSE 21:00

### 木 スタジオ2

- 18:15 TUKALI初級

### 金 スタジオ1

- 12:00 リズボク初級 ボクシング編
- 生 13:00 リズボク初級
- 14:00 TUKALI初級
- 14:30 TUKALI中級
- 15:00 リズボク初級 ジークンドー編
- 生 15:30 リズボクキック初級
- 18:00脂肪燃焼着火編
- 生 18:15 リズボク初級
- 19:15 リズボク初級 サンドバッグ サークル
- 生 20:00-20:45 リズボク中級入門

OPEN 11:45　CLOSE 21:00

### 金 スタジオ2

- 18:45 TUKALI中級
- 20:00-20:45 TUキックボクシング

### 土 スタジオ1

●6月3日（土）
コリオ発表会＆体験会開催につき
特別スケジュール

OPEN 9:45

- 生 10:00 リズボク初級 ボクシング編
- 生 11:00 リズボク初級
- 12:00 TUKALI初級
- 12:30 TUKALI中級
- 13:00美脚準備編
- 13:15 リズボクキック初級

### 土 スタジオ2

- 11:00 リズボクゴルフ 飛距離アップ編
- 11:30 リズボク初級 ジークンドー編

Takashi Uchino Produce
リズボクコリオ発表会＆体験レッスン

**終了次第 CLOSE**

### 日 スタジオ1

OPEN 9:45

- 生 10:00 リズボク初級
- 11:00美脚準備編
- 11:15 リズボクキック初級
- 生 12:00 リズボク中級
- 生 13:00 リズボク上級
- 14:00 リズボク初級
- 14:45脂肪燃焼着火編
- 15:00 リズボク初級
- 15:45 リズボク初級 サンドバッグ サークル
- 16:30 TUボクシング
- 生 17:15 リズボク初級
- 18:15脂肪燃焼着火編
- 18:30 リズボク初級 滝汗脂肪燃焼

CLOSE 19:15

### 日 スタジオ2

- 10:00 リズボクゴルフ 飛距離アップ編
- 14:00 リズボク初級 ジークンドー編
- 17:15 TUKALI初級
- 17:45 リズボク初級 ジークンドー編

生 と書かれたレッスンは、同時にTUオリジナルオンラインフィットネスで中継されるレッスンとなります。
前方でレッスンを受けられる方は小さく映る可能性がございます。

NEW
・TUKALI初級、中級、TUボクシング、TUキックボクシングの新カリキュラムがスタート！
・リズボク初級ボクシング編
より実戦に近いコンビネーションクラスです。
・リズボク初級キック
キックボクシングベースのコンビネーションやキックエイトなどのループのクラスです。

**バンテージを巻いてレッスンに参加しよう！**
**この腕の引き締まり方が全然変わります！！**
**巻き方はフロントでスタッフと練習しよう！すぐに覚えられます。いつでもお越しください**
**バンテージ￥1,650**