

【金沢店】

2024年5月7日(火)～5月19日(日) 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25回TUシェイプアップ大作戦 第3、4クール：5/7(火)～6/2(日) 今年は2週間大作戦を4回開催！どこからでもスタートできる！ 2週間で-2kg 1ヶ月で-5kg								TULA コース開催！ 5/7(火)～6/30(日) TUKALI®をベースに8つの格闘技を学ぶ！ サンドバッグを使った新しいレッスン！								1		2		1		2	
	1		2		1		2		1		2		1		2		1		2					
<p>5月 休館日 月曜・祝日</p> <p>5/3(祝) 4(祝) 5(祝) 6(祝) 13(月) 20(月) 27(月)</p> <p>初級レッスンは、 全てご体験いただけます。 お気軽にお電話ください！</p> <p>TEL:076-234-3208</p>	10:00	OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 11:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45				
	10:30	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボクキック 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00		
	11:30	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボクキック 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	12:00	TU KALI初級	12:15 大阪イントラ 生中継 リズボク 中級入門	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボクキック 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	12:30	TU KALI上級	12:30	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00		
	13:30	リズボク 上級	13:30	TU KALI スティック サークル	TU KALI スティック サークル	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00		
	14:30	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00		
	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30		
	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00		
	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30		
17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00			
17:30	キッズ リズボク (小学1年～)	大阪イントラ 生中継 リズボク 中級入門	キッズ リズボク (小学1年～)	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級			
18:00	18:00(45分)	18:00	18:00(45分)	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00			
18:30	TU KALI 初級	リズボク 初級	TU KALI カブリカブロン	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級			
19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00			
19:30	TUシェイプアップ 大作戦 (有料)	リズボク 中級入門	TULA レッスン (有料)	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級			
20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00			
20:30	TULA レッスン (有料)	リズボク 初級	TUシェイプアップ 大作戦 (有料)	リズボクキック 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級			
21:00	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15			

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！！

**TU** リズミックボクシング®  
TAKASHI UCHINO ORIGINAL