

<令和8年2月1日(日)～ 2月28日(土)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！
生は自宅**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

火		水		木		金		土		日	
スタジオ	1	2	1	2	スタジオ	1	2	スタジオ	1	2	スタジオ
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

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"「コロレッスン」がスタート！
今回は、初めての方にぜひ参加頂きたいコロオをご用意
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
コロオ。初めての方でも安心して挑戦できます
それぞれ、1コロオ×10回参加 (¥11,000)
2コロオお申込みで受け放題！

2月休館日
2/2(月)、9(月)、11(祝)
16(月)、23(祝)

2/5(木)
「休講」を
予定して
おりましたが
「開催」
する事と
なりました。

月曜日・祝日
休館日