

2019年4月2日(火)～4月28日(日)金沢店レッスンスケジュール

	月		火		水		木		金		土		日		
	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	
			OPEN 10:00		OPEN 10:00		OPEN 10:00				OPEN 10:00		OPEN 10:00		
10:30			10:30		10:30		10:30				10:30		10:30		
11:00			初級		初級 TUベースビート		初級				10:30 TUシェイプアップ 大作戦 リズボクコース (有料)	10:30 初級	10:30 TUシェイプアップ 大作戦 リズボクコース (有料)	10:30 初級 キックエイト	
11:30			11:30		11:30		11:30				11:30 TUKALI初級 (打ち合い無)			11:30 簡単キックミット(15分)	
12:00			初級 グローブ&ミット (グローブ必要)		中級		TUKALI 初級 (打ち合い有)		OPEN 11:45		12:00	12:00	12:00	12:00	
12:30			12:30 TUKALI中級 (打ち合い無)				12:30		12:30	初級	12:00 TUシェイプアップ 大作戦 KALIコース (有料)	12:00 初級 TUベースビート	12:00 TUシェイプアップ 大作戦KALI コース(有料)	12:00 初級 TUベースビート	
13:00			13:00 TUKALI中級 (打ち合い有)		13:00 TUオリジナル ボクシング (グローブ必要)		上級		12:30 TUシェイプアップ 大作戦 リズボクコース (有料)	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	
13:30									13:45 TUシェイプアップ 大作戦 KALIコース (有料)	中級入門	13:00	13:00	13:00 キッズリズボク (小学1年～)	13:00 初級	
14:00			14:00		14:00		14:00			14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	
14:30			初級		中級入門		初級			14:00	14:00 TUシェイプアップ 大作戦 リズボクコース (有料)	14:00 初級 キックエイト	14:00 TUシェイプアップ 大作戦 KALIコース (有料)	14:00 初級	
15:00					NEW① KALIスティックを持って行うリズミックボクシングです！スティックは無料でレンタル致しますので、スティックをお持ちでない方も安心！！初めての方も、とても気軽にお楽しみ頂けます。大阪では、既に3月よりスタートしていて、大人気のクラスです！！							15:00		15:00	
15:30					NEW② キックエイトクラスが終了したら、あと15分だけキックミットを蹴って、ストレス解消！！参加者同士でペアになり、1人がミット、もう一人がミットをけります。ミットの受け方の指導もあるので安心。日頃のストレスを、思いっきり解消～～！！							15:30		15:30	
16:00					17:00		17:00					16:00		16:00	
16:30					キッズリズボク (小学1年～)		キッズリズボク (小学1年～)					16:00 TUKALI中級 (打ち合い無)		16:00 TUオリジナル ボクシング (グローブ必要)	16:00
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～)	17:00 TUキック ボクシング (グローブ必要)		17:00 TUKALI 初級 (打ち合い有)	17:00	
18:00			18:00		18:00		18:00		18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	
18:30			初級		初級 キックエイト		中級入門		18:00	18:00 初級 スティックVer (レンタル無料)	18:00 初級 TUベースビート		18:00 初級	18:00	
19:00			19:00		19:00		19:00		19:00	19:00	19:00		19:00	19:00	
19:30			初級 スティックVer (レンタル無料)		初級		初級 8×8 30回		19:00	19:00 TUシェイプアップ 大作戦 KALIコース (有料)	19:00 初級 TUベースビート	19:00	19:00	19:30	
20:00			20:00		20:00		20:00		20:00	20:00	20:00		20:00	20:00	
20:30			初級		20:00 TUKALI 初級 (打ち合い無)		初級 スティックVer (レンタル無料)		20:00	20:00	20:00		20:00	20:30	
21:00			21:00		21:00		21:00		20:15	20:15 TUシェイプアップ 大作戦 リズボクコース (有料)	20:00		20:00	20:30	
21:30			初級 キックエイト		21:00		上級		21:15	21:15 TUシェイプアップ 大作戦 リズボクコース (有料)	21:00		21:00	21:30	
			CLOSE 22:30		CLOSE 22:30		CLOSE 22:30								

毎週月曜日休館日

NEW②

NEW①

NEW②

NEW①

NEW②

NEW①

体験時に必要なモノ

- 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 (1,080円)

※予約制
076-234-3208まで

◆4月休館日 1(月)、8(月)、15(月)、22(月)、29(祝)
◆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！

見学体験随時受付中
TEL: 076-234-3208
Mail: kanazawa@tsdkali.co.jp

