

【金沢店】

令和2年 10月20日(火)～ 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 |
| 9:00 | OPEN 8:45 | | | | | | | | | | | |
| 9:30 | | | | | | | | | | | | 9:00 キッズリズムボク (小学1年～) |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | 9:30-10:00 TUIによるTUMM |
| 10:30 | OPEN 10:45 | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | 11:00 初級 TUベースビート | YUTARO リズムボク初級 | 11:00 中級入門 | 11:00 大阪イントラ生中継 初級 NEWエイト | 11:00 生中継 初級 | シルバーFOX イントラフォロー 15分PK-4肩凝り 解消オーバーヘッド | OPEN 11:45 | | 10:00 Goodfeeling 10:30 オーシャン1 | 10:00 初級 | 10:00 初級 ベースビート | |
| 11:30 | 11:30 Feelエイト | 大阪イントラ生中継 初級 コンビネーション | 12:00 初級 | 12:00 Goodfeeling 12:30 オーシャン1 | 12:30 | 15分 TUKALI リズム脳活性MIX | 12:00 | 12:00 | 11:00 生中継 中級入門 | 15分 PK-3 フィギアエイト 10分 K-9 頭の体操6ループ | 11:00 生中継 TUKALI初級 打ち合いなし | YUTARO リズムボク初級 大阪イントラ 以手井 リズムボク中級 |
| 12:00 | 12:30 TUKALI初級 | 13:00 大阪イントラ生中継 TUKALI初級 | 13:00 生中継 TUKALI初級 打ち合いなし | 14:00 大阪イントラ生中継 TUボクシング | 13:30 TUKALI初級 | 14:00 生中継 初級 コンビネーション | 12:00 | 12:00 | 12:00 | 大阪イントラ生中継 TUKALI初級 | 12:30 TUKALI初級 | 12:00 大阪イントラ生中継 上級 |
| 13:00 | 13:00 上級 | 14:00 HIKARI TUKALI中級入門 | 14:00 中級入門 | 15:00 【オンライン配信】 生中継 TUキックボクシング | 13:00 中級 | 15分 この腕引き締め ワンツ | 13:00 | 13:00 | 13:00 | 大阪イントラ 森田 リズムボク初級 | 13:00 | |
| 13:30 | 14:00 生中継 初級 | 15:00 15分 PK-3 フィギアエイト 10分 K-9 頭の体操6ループ | 17:00 キッズリズムボク (小学1年～) | 17:00 大阪イントラ生中継 中級入門 | 14:00 生中継 初級 コンビネーション | 15分 ポ-8 鉄壁ガードループ 15:30 大阪イントラ生中継 中級 | 14:00 | 14:00 | 14:00 | 大阪イントラ 生中継 初級キックコンビ ネーション | 14:00 | 13分 TUKALI ヒップアップMIX 10分 ボ-3 元気が 出るプラスト&ロール |
| 14:00 | 14:30 初級 | 16:00 Goodfeeling 15:30 オーシャン1 | 17:30 キッズリズムボク (小学1年～) | 18:00 YUTARO リズムボク初級 HIKARI キックボクシング | 15:00 | 17:00 | 14:00 | 14:00 | 15:00 | 大阪イントラ生中継 初級キックコンビ ネーション | 15:00 Goodfeeling 15:30 オーシャン1 | 16:00 YUTARO ボクシング HIKARI キックボクシング |
| 14:30 | 15:00 | 16:30 初級 | 18:00 中級 | 19:00 Goodfeeling 19:30 オーシャン1 | 17:00 | 17:00 | 14:30 | 14:30 | 15:00 | 大阪イントラ生中継 初級～中級入門 チャレンジクラス | 17:00 | 17:00 生中継 中級 |
| 15:00 | 15:30 | 17:30 TUKALI初級 打ち合いなし | 18:30 中級 | 19:00 YUTARO ボクシング 19:30 Goodfeeling | 17:00 | 18:00 | 15:00 | 15:00 | 15:00 | 大阪イントラ生中継 TUボクシング | 18:00 | 大阪イントラ生中継 シークレット |
| 15:30 | 16:00 | 18:30 中級入門 | 19:00 シルバーFOX イントラフォロー | 19:30 Goodfeeling | 18:00 | 18:00 | 15:30 | 15:30 | 16:00 | 大阪イントラ生中継 初級 | 18:30 | |
| 16:00 | 16:30 | 19:00 初級 | 19:30 Goodfeeling | 20:00 生中継 TUKALI初級 | 18:00 | 18:00 | 16:00 | 16:00 | 16:30 | 大阪イントラ 以手井 リズムボク中級 | 19:00 | |
| 16:30 | 17:00 | 19:30 初級 | 20:00 生中継 TUKALI初級 | 20:00 CLOSE 21:00 | 18:00 | 18:00 | 16:30 | 16:30 | 17:00 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 19:30 | |
| 17:00 | 17:30 | 20:00 初級 | 20:30 生中継 TUKALI初級 | 21:00 CLOSE 21:00 | 18:30 | 18:30 | 17:00 | 17:00 | 17:30 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 20:00 | |
| 17:30 | 18:00 | 20:30 初級 | 21:00 生中継 TUKALI初級 | 21:30 CLOSE 21:30 | 19:00 | 19:00 | 17:30 | 17:30 | 18:00 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 20:30 | |
| 18:00 | 18:30 | 21:00 初級 | 21:30 生中継 TUKALI初級 | 22:00 CLOSE 21:00 | 19:30 | 19:30 | 18:00 | 18:00 | 18:30 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 21:00 | |
| 18:30 | 19:00 | 21:30 初級 | 22:00 生中継 TUKALI初級 | 22:30 CLOSE 21:00 | 20:00 | 20:00 | 18:30 | 18:30 | 19:00 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 21:30 | |
| 19:00 | 19:30 | 22:00 初級 | 22:30 生中継 TUKALI初級 | 23:00 CLOSE 21:00 | 20:30 | 20:30 | 19:00 | 19:00 | 19:30 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 22:00 | |
| 19:30 | 20:00 | 22:30 初級 | 23:00 生中継 TUKALI初級 | 23:30 CLOSE 21:00 | 21:00 | 21:00 | 19:30 | 19:30 | 20:00 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 22:30 | |
| 20:00 | 20:30 | 23:00 初級 | 23:30 生中継 TUKALI初級 | 24:00 CLOSE 21:00 | 21:30 | 21:30 | 20:00 | 20:00 | 20:30 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 23:00 | |
| 20:30 | 21:00 | 23:30 初級 | 24:00 生中継 TUKALI初級 | 24:30 CLOSE 21:00 | 22:00 | 22:00 | 20:30 | 20:30 | 21:00 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 23:30 | |
| 21:00 | 21:30 | 24:00 初級 | 24:30 生中継 TUKALI初級 | 25:00 CLOSE 21:00 | 22:30 | 22:30 | 21:00 | 21:00 | 21:30 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 24:00 | |
| 21:30 | 22:00 | 24:30 初級 | 25:00 生中継 TUKALI初級 | 25:30 CLOSE 21:00 | 23:00 | 23:00 | 21:30 | 21:30 | 22:00 | 大阪イントラ 生中継 初級 | 24:30 | |

金沢プレミアム会員様は、全て受け放題！！

大阪イントラにしますか？ 金沢イントラにしますか？ それともお手軽にオンラインにしますか？

のレッスンは、

プレミアム会員様のみ受講可能となっております。
大阪インストラクターによるリアルタイムレッスン、100レッスンを超えるオンライン
フィットネスより選りすぐりレッスン、そして、TUIによるプレミアムレッスンを、
スタジオで思いっきり受けて頂くことができます！

TUIによるTUMMIについて

オンラインフィットネスTUMMIは、プレミアム会員様限定レッスンですが、
スタジオでのTUMMIは、全会員様に無料で受講頂けます。
オリジナル曲(Power from Heaven)と共に、
最高のリラクゼーションとパワーをご体感ください。

◆10月休館日 5(月)、12(月)、19(月)、26(月)
◆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！
◆レッスンスケジュールは、変更となる場合がございます
◆見学体験随時受付中
TEL:076-234-3208 Mail:kanazawa@tsdkali.co.jp