

<令和8年 5月19日(火)~24(日) TSDKALI 金沢店 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！
リズボク&武術クラス
でシェイプアップ！
&強い体を作る！
生はご自宅で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

オプションプログラム
リズボク開発者TUが指導
チケットで気軽に参加
初心者OK

1年に一度の特別企画
とにかく痩せたい方必見
TU、YUTARO、HIKALI
の痩せるレッスン！

キッズクラス
対象：4歳~中学3年生の男女



月曜日・祝日
休館日

スタジオ	5/19(火)		5/20(水)		5/21(木)		5/22(金)		5/23(土)		5/24(日)		スタジオ
	1		1		1		1		1		1		
	2		2		2		2		2		2		
	<p>全てのプログラムは リズボク開発者TUが作る オリジナルプログラムです</p>												
	<p>NEW 受け放題プログラム 期間限定5月末まで！ TUが行うMA入門クラス まだTUMAIに参加したことがない方、白帯、黄帯の方が参加できるクラス ※緑帯以上の方は、初めての方や長らくTUMAIを受けられていない方と一緒に参加可能ウェア何でもOK！</p>												
	<p>TSD KALI by TU TUが担当するリズボクの核心クラス リズボクの原点や、動きの質を深く説明！</p>												
	<p>5月休館日 11(月),18(月),25(月) 6月休館日 1(月),8(月),15(月),22(月),29(月)</p>												
8:00	OPEN 9:15												
9:00	OPEN 9:45												
9:30	9:30 リズボク初級												
9:45	10:00 リズボク初級												
10:00	10:00 リズボク中級入門												
10:30	10:30 リズボク初級												
11:00	11:00(45分) TUKALI中級												
11:30	11:00(45分) リズボク初級												
12:00	11:45(45分) リズボク初級												
12:30	12:30 シラット												
13:00	13:00 ジークンドー												
13:30	生 13:30 リズボクキック初級												
14:00	14:30 TUKALI初級												
14:30	15:00 特別映像レッスン												
15:00	15:00 特別映像レッスン												
15:30	15:00 特別映像レッスン												
16:00	15:00 特別映像レッスン												
16:30	15:00 特別映像レッスン												
17:00	15:00 特別映像レッスン												
17:30	15:00 特別映像レッスン												
18:00	15:00 特別映像レッスン												
18:30	15:00 特別映像レッスン												
19:00	15:00 特別映像レッスン												
19:30	15:00 特別映像レッスン												
20:00	15:00 特別映像レッスン												
20:30	15:00 特別映像レッスン												
21:00	15:00 特別映像レッスン												

赤線点線内のレッスンは、
映像をご覧いただきながら、
受けていただくクラスです

パーソナルレッスン随時予約受付中
 フォームのチェック、ミット打ち、短時間でのシェイプアップなど、皆様のご希望
 にお応えする「10分¥1,000」からのパーソナルトレーニングを、
 随時、フロントにて予約受付中！お得なチケットも発売中（予約制となります）
 そして、リズボク開発者TUによる「フーバ」「ゴルフ」のパーソナルトレーニング
 もご予約受付中！

予約なしで
いつでも
『見学』『体験』
OK
TEL : 076-234-3208

CLOSE 21:15

CLOSE 19:15

CLOSE 19:45