

2017年10月1日(日)～10月26日(木)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		OPEN 10:00		
10:30															
11:00			10:30 NEWエイト を覚える		10:30 キックエイト を覚える		10:30 キックエイト を覚える		10:30 キックエイト を覚える			10:30 初級 TUシェイプルー プ		10:30	
11:30			11:00 初級		11:00 初級 キックエイト		11:00 初級 キックエイト		11:00 初級 キックエイト			11:30 (90分)		11:30	
12:00			12:00 中級		12:00 KissMe (有料)		12:00 KissMe (有料)		12:00 KissMe (有料)		12:00 TUSP17 リズボクコース (有料)	12:00 中級	12:00 中級入門	12:00	
12:30					12:30 TUオリジナル ボクシング (グローブ必要)		12:30 TUKALI入門 (打ち合いなし)		12:30 TUKALI入門 (打ち合いなし)					12:30	
13:00			13:00 KissMe (有料)				13:00 上級				13:15 TUSP17 ルーツコース (有料)	13:30 KissMe (有料)	13:00 キッズリズボク (小学1年～)	13:00	
13:30							14:00 初級				TUKALI 入門編 (打ち合いなし)			13:30	
14:00			14:00 初級		14:00 中級入門		14:00 初級		14:00 初級		14:30 TUSP17 KALIコース (有料)	14:30 初級	14:00 TUSP17 リズボクコース (有料)	14:00	
14:30													14:15 初級	14:30	
15:00			<p>・9/15(金)よりコリオレッスン「KissMe」がスタートします!!</p> <p>リズミックボクシングには、「振付を覚えながら痩せる」方法があります。</p> <p>50種類を超える作品の中から、一番初心者向けで、簡単・楽しい一番痩せるコリオレッスンが「KissMe」</p> <p>期間:9/15(金)～11/15(水)まで</p> <p>参加費:10,800円 入会したばかりのリズボク初心者から、ベテランの方まで</p> <p>リズボクでもっと痩せたい!!リズボクでもっとカッコよき動けるうにしたい!!</p> <p>そんな皆様のご参加お待ちしております! お申し込みはフロントへ!!</p>												15:00
15:30													15:15 TUSP17 ルーツコース (有料)	15:30	
16:00													16:30 TUSP17 KALIコース (有料)	16:00	
16:30													16:30 TUオリジナル キックボクシング (グローブ必要)	16:30	
17:00													16:30 TUSP17 KALIコース (有料)	16:30	
17:30			17:00 キッズリズボク (小学1年～)		17:00 キッズリズボク (小学1年～)		<p>Kiss Me コリオレッスン (有料:10,800円) 9/15(金)～11/15(水)まで(計20回)</p>			17:00 キッズリズボク (小学1年～)			17:00 TUオリジナル ボクシング (グローブ必要)	17:00	
18:00													18:00 初級 キックエイト	18:00	
18:30			18:00 初級 キックエイト		18:00 中級入門		18:00 初級		18:00 初級		18:00 初級		18:00 初級 キックエイト	18:30	
19:00			19:00 TUKALI入門 (打ち合いなし)		19:00 NEWエイト を覚える		19:00 中級		19:00 TUSP17 KALIコース (有料)		19:00 上級			19:00	
19:30			19:30 初級		19:30 初級		19:30 初級		19:30 初級 キックエイト				CLOSE 19:30		
20:00														20:00	
20:30			20:00 KissMe (有料)				20:00 KissMe (有料)		20:00 TUSP17 リズボクコース (有料)					20:30	
21:00			21:00 初級		21:00 初級		21:00 初級		21:10 TUSP17 ルーツコース (有料)		21:00 初級			21:00	
21:30														21:30	
22:00			22:00 TUSPイントラフォロー (初参加者のみ・5P)				22:00 TUSPイントラフォロー (初参加者のみ・5P)							22:00	
			CLOSE 22:30		CLOSE 22:30		CLOSE 22:30		CLOSE 22:30						

毎週月曜日・祝日休館日

- 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

◆10月休館日 10/2(月). 9.(祝). 16(月). 23(月). 30(月)
 ◆10/17(火) 19:30～ ビューティーセミナー開催決定!!
 ◆サイズチェック随時行ってまいります!
 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



