

【金沢店】

2024年4月2日(火)～4月14日(日) TSDKALI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25回TUシェイプアップ大作戦 期間：4/2(火)～6/2(日) 今年は2週間大作戦を4回開催！どこからでもスタートできる！ 2週間で-2kg 2ヶ月で-5kg以上								TULA レッスン 体験会 開催！ ※参加無料 (当日は特別レッスンスケジュールにて営業) ①4/26(金)19:00～ ②4/27(金)13:30～ (どちらかご参加頂けます) 5/7(火)～6/30(日)に開催される新特別プログラムTULA レッスンとは？								1		2		1		2	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2		
<p>4月 休館日 月曜・祝日</p> <p>4/1(月) 8(月) 15(月) 22(月) 29(月祝)</p> <p>初級レッスンは、 全てご体験いただけます。 お気軽にお電話ください！</p> <p>TEL:076-234-3208</p>	10:00	OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 11:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45				
	10:30	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボクキック 初級	リズボクキック 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボクキック 初級	リズボクキック 初級	リズボクキック 初級	リズボクキック 初級	キッズ リズボク (小学1年～)			
	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00		
	11:30	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 中級入門	TU KALI スティック サークル	大阪イントラ 生中継 リズボクキック 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 中級			
	12:00	TU KALI初級	12:15 大阪イントラ 生中継 リズボク 中級入門	TU KALI スティック サークル	大阪イントラ 生中継 リズボクキック 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 上級			
	12:30	TU KALI上級	12:15 大阪イントラ 生中継 リズボク 中級入門	TU KALI スティック サークル	大阪イントラ 生中継 リズボクキック 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 上級			
	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00		
	13:30	リズボク 中級入門	リズボク 初級	リズボク 中級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00		
	14:30	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 中級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00		
	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30	15:30		
	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00		
	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30	16:30		
	17:00	17:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-18:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-17:45	17:00-18:00	17:00-17:45		
	17:30	キッズ リズボク (小学1年～)	大阪イントラ 生中継 リズボク初級	キッズ リズボク (小学1年～)	大阪イントラ 生中継 リズボクキック 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	18:00	18:00(45分)	18:00	18:15(45分)	18:00	18:00	18:15(45分)	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00		
	18:30	TU KALI 初級	リズボク 初級	TU KALI カブリカブロン	リズボク 初級	リズボク 初級	TU KALI カブリカブロン	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	大阪イントラ 生中継 リズボク 初級		
	19:00	19:00	19:00	19:00(45分)	19:00	19:00	19:00(45分)	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00		
	19:30	TUシェイプアップ 大作戦 (有料)	リズボク 中級入門	TU KALI 中級	リズボク 初級	リズボク 初級	TU KALI 中級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	TU KALI 上級	リズボク 上級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級		
	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00		
20:30	20:15 (45分) リズボク ジークンドー	リズボク 初級	TUシェイプアップ 大作戦 (有料)	リズボクキック 初級	リズボク 初級	リズボクキック 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	TUキック ボクシング ※バンテージ必要	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級	リズボク 初級			
21:00	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15	CLOSE 21:15			

大阪イントラ 生中継

プレミアム会員様のみ受講可能！  
大阪インストラクターの生中継レッスンを  
金沢店スタジオで受講できる！！

**TU** **リズムミックボクシング**  
TAKASHI UCHINO ORIGINAL