

<平成29年1月5日(木)~27日(金) TSDKALI大阪本店 レッスンスケジュール>



※リズムミックボクシングは、TSDカリの登録商標です。(登録商標4057073)

スタジオ	月		火		水		スタジオ	木		金		スタジオ	土		日		スタジオ
	1	2	1	2	1	2		1	2	1	2		1	2	1	2	
9:00	1月9日、16日、23日						9:00					9:00					9:00
9:15							9:15					9:15					9:15
9:30	OPEN 9:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45		9:30	OPEN 9:45				9:30	OPEN 9:45		OPEN 9:45		9:30
9:45							9:45					9:45					9:45
10:00							10:00					10:00					10:00
10:15	10:00		10:00		10:00		10:15	10:00				10:15	10:00		10:00		10:15
10:30	初級		初級		初級		10:30	初級				10:30	初級		初級		10:30
10:45							10:45					10:45					10:45
11:00							11:00					11:00					11:00
11:15	11:00				11:00		11:15	11:00				11:15	TU リズボク Kiss Me		11:00		11:15
11:30	初級				初級		11:30	中級入門		OPEN 11:45		11:30	TU KALI オーシャン		初級		11:30
11:45							11:45					11:45					11:45
12:00							12:00	TU リズボク Kiss Me		12:00		12:00	12:00		12:00		12:00
12:15	12:00		TU KALI オーシャン		12:00 ストレッチ		12:15	TU KALI オーシャン		初級		12:15	初級~中級入門 チャレンジクラス		TU KALI初級 (打ち合い有)		12:15
12:30	上級				中級入門		12:30			初級		12:30			上級		12:30
12:45							12:45					12:45					12:45
13:00	13:00		12:30 TU KALI初級 (打ち合い有)		13:00		13:00					13:00					13:00
13:15	ストレッチ				初級		13:15					13:15					13:15
13:30			13:30				13:30	13:00 TU KALI初級 (打ち合い有)		13:00		13:30	TUオリジナル ボクシング&キック ※グローブ必要		13:00 TU KALI入初級 (打ち合い無)		13:30
13:45	13:30		初級~中級入門 チャレンジクラス		14:00 ストレッチ		13:45	14:00		ストレッチ		13:45			8x8を覚える		13:45
14:00	初級						14:00	14:00		14:00		14:00	14:00		14:00		14:00
14:15							14:15	14:00		14:00		14:15	TU KALI オーシャン		14:00		14:15
14:30	14:30		初級		15:00		14:30	14:30		14:30		14:30	14:30		14:30		14:30
14:45	初級				初級		14:45	15:00		15:00		14:45	15:00		15:00		14:45
15:00							15:00	15:00		15:00		15:00	15:00		15:00		15:00
15:15							15:15	15:30		15:30		15:15	15:30		15:30		15:15
15:30							15:30	16:00		16:00		15:30	16:00		16:00		15:30
15:45							15:45	16:00		16:00		15:45	16:00		16:00		15:45
16:00	16:00		16:00		16:00		16:00	16:00		16:00		16:00	16:00		16:00		16:00
16:15	中級入門		初級		初級		16:15	16:00		16:00		16:15	16:00		16:00		16:15
16:30							16:30	16:00		16:00		16:30	16:00		16:00		16:30
16:45							16:45	16:00		16:00		16:45	16:00		16:00		16:45
17:00	17:00		17:00		17:00		17:00	17:00		17:00		17:00	17:00		17:00		17:00
17:15	初級		中級		初級		17:15	17:00		17:00		17:15	17:00		17:00		17:15
17:30							17:30	17:00		17:00		17:30	17:00		17:00		17:30
17:45							17:45	17:00		17:00		17:45	TU KALI オーシャン		17:30		17:45
18:00	18:00		18:00		18:00		18:00	18:00		18:00		18:00	18:00		18:00		18:00
18:15	初級Feelエイト		初級8x8 30回		18:00 TU KALI入門 (打ち合い無)		18:15	TU リズボク Kiss Me		18:00		18:15	TU リズボク Kiss Me		中級		18:15
18:30	18:30		18:30		18:30		18:30	18:30		18:30		18:30	18:30		18:30		18:30
18:45	初級		初級		TU KALI オーシャン		18:45	18:30		18:30		18:45	18:30		18:30		18:45
19:00	初級キックエイト		初級		19:00		19:00	19:00		19:00		19:00	19:00		19:00		19:00
19:15							19:15	19:00		19:00		19:15	19:00		19:00		19:15
19:30							19:30	19:00		19:00		19:30	19:00		19:00		19:30
19:45	19:30		19:30		19:30		19:45	19:00		19:00		19:45	19:30		19:30		19:45
20:00	初級		初級		初級		20:00	19:30		19:30		20:00	19:30		19:30		20:00
20:15							20:15	19:30		19:30		20:15	19:30		19:30		20:15
20:30	20:30		20:30		20:30		20:30	20:00		20:00		20:30	20:00		20:00		20:30
20:45	初級~中級入門 チャレンジクラス		TUオリジナル ボクシング&キック ※グローブ必要		初級		20:45	20:00		20:00		20:45	20:00		20:00		20:45
21:00							21:00	20:00		20:00		21:00	20:00		20:00		21:00
21:15	21:00		21:00		21:00		21:15	20:00		20:00		21:15	20:00		20:00		21:15
21:30	初級		TU リズボク Kiss Me		初級		21:30	20:00		20:00		21:30	20:00		20:00		21:30
21:45							21:45	20:00		20:00		21:45	20:00		20:00		21:45
22:00	21:30		21:30		21:30		22:00	20:00		20:00		22:00	20:00		20:00		22:00
22:15	初級		初級		22:00 初級Feelエイト		22:15	20:00		20:00		22:15	20:00		20:00		22:15
22:30							22:30	20:00		20:00		22:30	20:00		20:00		22:30
22:45							22:45	20:00		20:00		22:45	20:00		20:00		22:45
23:00	CLOSE 23:00		CLOSE 23:00		CLOSE 23:00		23:00	CLOSE 23:00		CLOSE 23:00		23:00	CLOSE 23:00		CLOSE 23:00		23:00

1月休館日のお知らせ
 1月1日(日)、2日(祝)、3日(火)
 28(土)、29日(日)、30日(月)、31日(火)
 1月9日、16日、23日、2月6日の月曜日
 2月11日(祝・土)は
 終日営業いたします。

1月22日のみ
 16:00~
 へ変更

初級~中級入門チャレンジクラスとは
 初級のクラスに慣れてきたけど、中級入門に進むタイミングがわからない。。。そんなあなたにぜひうけて頂きたいクラスが「初級~中級入門チャレンジクラス」です。リズムボクのフットワークは数多く存在します。中でもシェイプアップ効果絶大の「TUセレクト、エイトエボ、シェイプルーブ、NEWエイト50、エイトキューブ」など、リズムボクの究極に引き締まるフットワークにチャレンジしましょう!

初級のレッスンは、全てご体験頂けるレッスンです。お気軽に、お電話ください!
 TEL:06-6367-8715