

<平成29年11月25日(土)～12月27日(水) TSDKAL I 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	毎週月曜日・祝日 休館日 LINE@でお友達 になってお得な情報 をゲットしよう！						9:00					9:00					9:00
9:30			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 初級		10:00 初級		10:00 初級		OPEN 11:45			10:00 初級		10:00 初級			10:00
10:30																	10:30
11:00			11:00 初級	ボーンスリッピー	11:00 初級		11:00 初級					11:00 初級		11:00 中級	ボーンスリッピー		11:00
11:30							初級～中級入門 チャレンジクラス								ロシアンルーレット		11:30
12:00			12:00 ストレッチ	ロシアンルーレット	12:00			12:00 初級	12:00 初級			12:00		12:00 初級			12:00
12:30					上級							12:30 初級～中級入門 チャレンジクラス		12:30 上級			12:30
13:00			12:30 TU KALI初級 (打ち合い無)		13:00 ストレッチ			13:00 TU KALI初級 (打ち合い有)	13:00 中級			13:00 TU KALI初級 (打ち合い無)		13:00 TU KALI入初級 (打ち合い無)			13:00
13:30																	13:30
14:00			13:30 中級入門		13:30 初級			14:00 ストレッチ	14:00 初級			14:00 ボーンスリッピー		14:00 初級			14:00
14:30			14:30 初級									14:30 ロシアンルーレット		14:30 初級			14:30
15:00					15:00 初級 キックエイト							15:00 初級 キックエイト		15:00 初級			15:00
15:30												16:00 ストレッチ		16:00			15:30
16:00			16:00 初級		16:00 初級		16:00 中級					16:30 初級 グローブ&ミット ※バンテージ着用		16:30 中級入門			16:00
16:30														17:00 ストレッチ			16:30
17:00			17:00 中級				17:00 初級					17:30 TU KALI初級 (打ち合い有)	17:30 TUオリジナル ボクシング&キック ※グローブ必要	17:30 初級	ボーンスリッピー		17:00
17:30							18:00 初級8×8 30回			18:00 初級					ロシアンルーレット		17:30
18:00			18:00 初級		18:00 初級			18:30 ロシアンルーレット	18:30 ボーンスリッピー			18:30 初級		18:30 上級			18:00
18:30																	18:30
19:00			19:00 初級	ボーンスリッピー	19:00 初級 キックエイト		19:00 初級	19:30	19:30			19:30 初級					19:00
19:30				ロシアンルーレット													19:30
20:00			20:00 中級入門		20:00 初級	ロシアンルーレット	20:00 初級	20:30	20:30	20:00 中級入門	20:00 TUオリジナル ボクシング&キック ※グローブ必要	20:00 初級		CLOSE 20:00			20:00
20:30						ボーンスリッピー											20:30
21:00			21:00 初級		21:00 初級	21:00 TUオリジナル ボクシング&キック ※グローブ必要	21:00 初級			CLOSE 21:30		21:00 CLOSE 21:00					21:00
21:30										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							21:30
22:00			22:00 初級8×8 30回		22:00 初級Feelエイト		22:00 初級										22:00
22:30																	22:30
23:00			CLOSE 23:00		CLOSE 23:00		CLOSE 23:00		CLOSE 23:00								23:00