

<平成30年4月1日(日)~5月31日(木) 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	<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright; font-size: 2em; font-weight: bold;">毎週月曜日・祝日 休館日</p>		OPEN 9:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45		<p style="color: red; font-weight: bold; text-align: center;">4月・5月休館日</p> <p style="text-align: center;">4/2(月)、9(月)、16(月)、23(月) 30(月)、5/3(木)、4(金)、(土) 7(月)、14(月)、21(月)、28(月)</p> <p style="text-align: center;">※月曜日はTUシェイプアップ大作戦のみ開催致します。</p>		OPEN 9:45		OPEN 9:45		OPEN 9:45				
9:30																			
9:45																			
10:00					10:00 初級 TUベースビート		10:00 初級				10:00 初級		OPEN 11:45		10:00 初級		10:00 初級		
10:30					11:00 初級		11:00 初級				11:00 初級				11:00 初級 TUベースビート		11:00 中級		
11:00					12:00 ストレッチ		12:00 上級				12:00 初級 TUベースビート	12:00 初級 Feelエイト				12:00 TU KALI初級 (打ち合い無)	12:00 上級		
11:30					12:30 TU KALI初級 (打ち合い無)		13:00 ストレッチ				12:30 TU KALI初級 (打ち合い有)	13:00 中級				13:00		13:00	
12:00					13:30		13:30				13:30 第19回TU シェイプアップ大作戦 TU KALIコース ※申込者のみ参加	14:00 ストレッチ				13:00 第19回TU シェイプアップ大作戦 TU KALIコース ※申込者のみ参加	13:00 初級	13:00 初級	
12:30					14:00 中級入門		15:00 初級 TUベースビート				14:00 初級 ストレッチ	14:30 初級				14:00 第19回TU シェイプアップ大作戦 リズムボクコース ※申込者のみ参加	14:00 初級	14:00 第19回TU シェイプアップ大作戦 リズムボクコース ※申込者のみ参加	14:00 初級
13:00					14:30 初級		15:00 初級 キックエイト				14:30 初級	15:30 初級				15:00 初級 キックエイト	15:00 第19回TU シェイプアップ大作戦 TU KALIコース ※申込者のみ参加	15:00 初級	
13:30			16:00 初級		16:00 初級		15:30 中級	15:30 初級				16:00 初級 グローブ&ミット ※バンテージ着用		16:00 TU KALI入初級 (打ち合い無)					
14:00			17:00 中級入門		18:00 初級 Feelエイト		17:00 初級	18:00 初級				17:00 ストレッチ	17:00 初級 Feelエイト						
14:30			18:00 OPEN 18:30		18:30 初級		18:00 初級	18:30 TU KALI初級 (打ち合い無)				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					
15:00					18:30 初級		18:30 初級	19:00 初級				18:30 初級	18:30 上級	18:30 初級 TUベースビート					
15:30					19:00 初級		19:00 初級	19:30 初級 キックエイト				19:30 初級							
16:00					19:30 第19回TUシェイプアップ大作戦 リズムボクコース ※申込者のみ参加		19:30 初級	19:30 上級				20:00 初級 TUベースビート	CLOSE 20:00						
16:30					20:00 第19回TUシェイプアップ大作戦 TU KALIコース ※申込者のみ参加		20:00 初級	20:30 初級											
17:00					20:30 第19回TUシェイプアップ大作戦 リズムボクコース ※申込者のみ参加		20:30 初級	21:00 初級											
17:30					21:30 TUオリジナル ボクシング&キック ※グローブ必要		21:30 初級 TUベースビート	21:30 初級											
18:00																			
18:30																			
19:00																			
19:30																			
20:00																			
20:30																			
21:00																			
21:30																			
22:00																			
22:30																			
23:00																			

初級のレッスンは、全てご体験  
頂戴もります。お気軽に  
にお電話ください！  
TEL:06-6967-8715