

月		火		水		木		金		土		日				
スタジオ	1	2	スタジオ	1	2	スタジオ	1	2	スタジオ	1	2	スタジオ	1	2	スタジオ	
8:30																8:30
9:00																9:00
9:30																9:30
9:45																9:45
10:00																10:00
10:30																10:30
11:00																11:00
11:30																11:30
12:00																12:00
12:30																12:30
13:00																13:00
13:30																13:30
14:00																14:00
14:30																14:30
15:00																15:00
15:30																15:30
16:00																16:00
16:30																16:30
17:00																17:00
17:30																17:30
18:00																18:00
18:30																18:30
19:00																19:00
19:30																19:30
20:00																20:00
20:30																20:30
21:00																21:00
21:30																21:30
22:00																22:00
22:30																22:30
23:00																23:00

毎週月曜日・祝日 休館日

12月の休館日
9(月)
16(月)
23(月)
29(日)
30(月)
31(火)

【予約制】少人数レッスン
12月のテーマは
サンドバック&ボディミット
レッスンスケジュール発表と同時に
フロント・LINE・お電話で受付開始となります。

動かないクラスです
どなたでも
ご参加頂けます。

OPEN
9:00

9:15 TUMG

OPEN 9:45

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

OPEN 11:45

12/22(日)
クリスマス
仮装レッスン
開催！
15:30OPEN
16:00START

通常レッス
ンは休講と
なります。

NEW 12月のリズムボクサーキットは
「サンドバック初級編」に加え、「ステップ台編」も登場！
11月大人気だった「サンドバック初級編」に加え、新たに「ステップ台編」が登
場！シェイプアップ大作戦参加者しか使用できなかった、画期的なシェイプアップ
アイテムのステップ台を使用したサーキットです。人数制限あり。
サーキットの内容は当日発表になります。