

【大阪本店】

<令和2年10月20日(火)～11月14日(土) 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		木		金		土		日		スタジオ	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2		
8:30															8:30	
9:00	<p style="text-align: center;">月曜日・祝日 休館日</p> <p style="text-align: center;">毎週</p> <p style="text-align: center;">60分完結！TUレッスン</p> <p>★10/20(火) 19:00 60分でシェイプアップ</p> <p>★10/21(水) 19:00 TUワールド</p> <p>★10/22(木) 13:30 エンブレティハンド(KALIによる素手技術) 19:45 パンチをあてるリズムボク</p> <p>★10/24(土) 12:00 英語でKALI 13:00 エンブレティハンド(KALIによる素手技術) 15:00 60分でシェイプアップ</p> <p>★10/25(日) 10:00 リズボク最上級テクニクを使うリズムボクゴルフ 11:00 パンチをあてるリズムボク 14:00 相対ありジークンドー 15:00 映画アクションシーン</p> <p>★10/27(火) 19:00 相対なしジークンドー</p> <p>★10/28(水) 19:00 60分でシェイプアップ</p> <p>★10/29(木) 13:30 TUワールド 19:45 相対ありジークンドー</p> <p>★10/31(土) 12:00 相対なしジークンドー 13:00 TUワールド 15:00 パンチをあてるリズムボク</p> <p>★11/1(日) 10:00 英語でリズムボク 11:00 パンチをあてるリズムボク 14:00 リズボク最上級テクニクを使うリズムボクゴルフ 15:00 TUワールド</p>														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	

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

TU60分レッスンは
10/20～11/1
までのスケジュールとなります。
1回 ¥2200で皆様参加頂けます。
スケジュールは別紙をご確認ください。

60分完結！TUレッスン

- ★10/20(火)
19:00 60分でシェイプアップ
- ★10/21(水)
19:00 TUワールド
- ★10/22(木)
13:30 エンブレティハンド(KALIによる素手技術)
19:45 パンチをあてるリズムボク
- ★10/24(土)
12:00 英語でKALI
13:00 エンブレティハンド(KALIによる素手技術)
15:00 60分でシェイプアップ
- ★10/25(日)
10:00 リズボク最上級テクニクを使うリズムボクゴルフ
11:00 パンチをあてるリズムボク
14:00 相対ありジークンドー
15:00 映画アクションシーン
- ★10/27(火)
19:00 相対なしジークンドー
- ★10/28(水)
19:00 60分でシェイプアップ
- ★10/29(木)
13:30 TUワールド
19:45 相対ありジークンドー
- ★10/31(土)
12:00 相対なしジークンドー
13:00 TUワールド
15:00 パンチをあてるリズムボク
- ★11/1(日)
10:00 英語でリズムボク
11:00 パンチをあてるリズムボク
14:00 リズボク最上級テクニクを使うリズムボクゴルフ
15:00 TUワールド

10月、11月の休館日

10/5(月)、12(月)、19(月)、26(月)
11/2(月)、3(祝)、9(月)、16(月)
23(月)、30(月)

生中継レッスンは、同時にTUオリジナルオンラインフィットネスで中継されるレッスンとなります。
前方でレッスンを受けられる方は小さく映る可能性がございます。

NEW 【TUMMフォローレッスン】
毎週木曜日、日曜日にTUが行っているTUMMをスペシャルインストラクターのYUTARO、HIKARIがフォローレッスンをさせて頂きます。今から始める方必見！復習予習もこれでバッチリ！《土曜日は24日パート①、31日パート②、11/6パート①、13日パート②》

【初級 スティックVer.】
スティックを持ってリズムボクレッスンを行うクラスです。
お持ちでない方は素手で参加できます。