

※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)

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土, 日) and time slots (8:30 to 23:00). It lists various classes such as '初級', '生中継', 'コンビネーション', and 'ロックキューフルコロリオ'. Includes special notices like '2月の休館日' and '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。'.

月曜日・祝日 毎週 休館日

2月の休館日 2/1(月)、8(月)、11(祝)、15(月) 22(月)、23(祝)

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あります。

NEW 【TUTレーニングサーキット】 立ったまま行える筋トレや、トレーニングとパンチ、キックのコンビネーションを合わせて有酸素・無酸素の両方を行い、思いっきり汗を流してシェイプアップする新しいクラスです。 初級クラスですので、どなたでも参加できます。