

※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>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</p>				<p>BLACKエイト (4/13 (火) ~5/13 (木) ¥5,500で受け放題) スペシャルインストラクターYUTARO,HIKALIが行う特別レッスン。 リズムボク・キック・TUKALIを60分で楽しく学べます。 簡単で、初めての方でも楽しくシェイプアップ！途中からでも参加できます。</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							

月曜日・祝日
毎週
休館日

4月の休館日
4/5(月)、12(月)、19(月)
26(月)、29(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ございます。

NEW 【リメンバー大作戦】
毎年多くの方が目標を達成される、2ヶ月のコースTUシェイプアップ大作戦！今年で22年目となります。
今年はどうな大作戦になるのか、楽しみです！
過去の様なレッスンが行われてきたのかを体験できるレッスンがスタートします。
皆様、お気軽にご参加下さい