

【大阪本店】

<令和4年1月5日(水)~16日(日)>

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	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				<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 2022年は、 1月5日(水)12:00より営業いたします。 </div>											
9:30																
9:45																
10:00																
10:30	OPEN 10:45				OPEN 10:45				OPEN 10:45				OPEN 9:45			
11:00													10:00 初級			
11:30	11:00 生中継 初級 コンビネーション				11:00 生中継 初級				11:00 初級				11:00 生中継 初級			
12:00	12:00 リズボクサーキット				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 5px; background-color: #e0f0ff;"> 1/5(水)のみ OPEN12:00 START12:30 スケジュール はこちら↓ </div>								12:00 初級			
12:30	12:30 初級 リズボク滝汗レッスン								12:00 生中継 中級入門				12:00 TUKALI初級 (打ち合い有)			
13:00	13:00 生中継 TUKALI 初級 (打ち合い無し)				13:00 リズボクサーキット				13:00 初級				13:00 初級			
13:30					13:30 初級				13:30 初級				13:00 初級 キック コンビネーション			
14:00	14:00 中級				13:45 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン				14:00 初級				14:00 初級			
14:30					14:30 初級 コンビネーション				14:30 中級				14:00 初級 コンビネーション			
15:00	15:00 初級				15:30 初級				15:00 中級				15:00 初級			
15:30									15:30 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン				15:00 初級 当ててみよう ※バンテージ必須			
16:00													16:00 初級 キック コンビネーション			
16:30													16:00 初級 キック コンビネーション			
17:00													16:45 ボクシング&キック (相対)			
17:30	17:00 生中継 初級				17:00 生中継 中級入門				17:00 生中継 初級 コンビネーション				17:30 生中継 初級 コンビネーション			
18:00	18:00 初級 コンビネーション				18:00 初級 当ててみよう ※バンテージ必須				18:00 初級 NEWエイト TUKALI Ver.				18:15 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン			
18:30	19:00 生中継 初級 キック コンビネーション				19:00 初級				19:00 生中継 初級							
19:00					19:00 上級				19:00 初級 キックエイト							
19:30									20:00-20:45 初級 リズボク 滝汗レッスン							
20:00													CLOSE 20:00			
20:30																
21:00	CLOSE 21:00				CLOSE 21:00				CLOSE 21:00				CLOSE 21:00			
21:30																
22:00																
22:30																
23:00																

毎週
月曜日・祝日
休館日

1月休館日

1/1(土)、2(日)
3(月)、4(火)
10(月)、17(月)
24(月)、31(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。

バンテージを巻いてレッスンに参加しよう！
二の腕の引き締め方が全然変わります！！
巻き方はフロントでスタッフと練習しよう！すぐに見えられます。いつでもお越しください
バンテージ ¥1,650

