

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: 2px solid blue; padding: 10px; text-align: center;"> <p>8/7(日)TAKASHI UCHINO PRODUCE リズムミックボクシングLIVE in Zepp NAMBA Osaka 3年ぶりに開催！</p> </div>						OPEN 9:45		OPEN 9:45		9:00
9:30													OPEN 9:45		OPEN 9:45
9:45															9:45
10:00															10:00
10:30			OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45						10:00		10:30
11:00			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 初級		11:00 生中継 初級		11:00
11:30									OPEN 11:45				11:00 生中継 初級~中級入門 チャレンジクラス		11:30
12:00			12:00 初級		12:00 生中継 中級入門		12:00 初級 当ててみよう ※バンテージ必須		12:00 初級				12:00 生中継 TUKALI 初級 (打ち合い無)		12:00
12:30													13:00 初級 キック コンビネーション		12:30
13:00			13:00 生中継 TUKALI 初級 (打ち合い無し)		13:00 生中継 初級 コンビネーション		13:00 TUKALI初級 (打ち合い有)		13:00 中級				13:00 初級		13:00
13:30					13:45 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン		14:00 TU KALI中級 (打ち合い無)		14:30 初級 キック コンビネーション				14:00 初級 コンビネーション		13:30
14:00			14:00 中級		14:30 初級		14:30 中級		15:30 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン				14:00 初級		14:00
14:30													15:00 初級 キックエイト		14:30
15:00			15:00 初級 ベースビート		15:30 初級		15:30 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン		15:30 生中継 初級				15:00 初級 当ててみよう ※バンテージ必須		15:00
15:30													16:00 ボクシング&キック (相対)		15:30
16:00													16:45 TUKALI 初級 (打ち合い無)		16:00
16:30													17:30 生中継 初級 コンビネーション		16:30
17:00			17:00 生中継 初級		17:00 生中継 中級入門		17:00 生中継 初級 NEWエイト		18:00 生中継 初級 キックエイト				18:15 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン		17:00
17:30															17:30
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 生中継 初級		19:00 生中継 初級 コンビネーション						18:00
18:30															18:30
19:00			19:00 生中継 初級 キック コンビネーション		19:00 初級	19:00 ボクシング&キック (相対)		20:00-20:45 初級 コンビネーション							19:00
19:30															19:30
20:00			20:00-20:45 生中継 初級		20:00-20:45 生中継 初級 滝汗レッスン										20:00
20:30															20:30
21:00			CLOSE 21:00		CLOSE 21:00		CLOSE 21:00		CLOSE 21:00						21:00
21:30															21:30
22:00							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。ご紹介します。								22:00
22:30															22:30
23:00															23:00

毎週 月曜日・祝日 休館日

8月休館日

8/1(月)、6(土)、7(日) 8(月)、13(土)、14(日) 15(月)、22(月)、29(月)

8/11(祝)、12(金) 16(火)、17(水)は 特別スケジュールでの 営業となります。

8/5は、 会員様コリオリ ハーサルの為 通常レッスンは 18:00が最終となります

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！すぐに覚えられます。いつでもお越しください バンテージ ¥1,650

