

※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			<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> 9/10(土)~新たに痩せるコリオレッスンスタート! 「新作FreakIt!」「BowChi」「KissMe」 痩せる絶好の機会!楽しんで体づくり! </div>														9:00
9:30			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								OPEN 9:45		OPEN 9:45			9:30	
9:45																9:45	
10:00																10:00	
10:30			OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 11:45							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				KissMe ★	10:00 初級 コンビネーション				11:00	
11:30											新作 FreakIt! ★★★★★	11:00 初級 キック コンビネーション	11:00 生中継 中級			11:30	
12:00																12:00	
12:30			KissMe ★	12:00 初級	12:00 生中継 中級入門		12:00 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン		12:00 初級			BowChi ★★★	12:00 初級	12:00 生中継 上級		12:30	
13:00			新作 FreakIt! ★★★★★	13:00 TUKALI 初級 (打ち合い無し)	13:00 生中継 初級 コンビネーション		12:45 生中継 TUKALI初級 (打ち合い無し)		13:00 TUKALI初級 (打ち合い有)			13:00 生中継 TUKALI 初級 (打ち合い無し)	新作 FreakIt! ★★★★★	13:00 初級 キック コンビネーション		13:00	
13:30					13:45 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン				KissMe ★	13:30 初級						13:30	
14:00			14:00 中級		14:30 初級		BowChi ★★★		TU KALI中級 (打ち合い無し)			14:00 生中継 初級 コンビネーション	BowChi ★★★	14:00 初級		14:00	
14:30									14:30 初級 キック コンビネーション							14:30	
15:00			15:00 初級													15:00	
15:30					15:30 初級 TUベースビート				15:30 初級 キック コンビネーション			15:00 初級 キックエイト	KissMe ★	15:00 初級 当ててみよう ※バンテージ必須		15:30	
16:00									15:30~16:15 中級							16:00	
16:30													BowChi ★★★	16:00 初級		16:30	
17:00																17:00	
17:30			17:00 生中継 初級		17:00 生中継 中級		17:00 生中継 初級 コンビネーション						KissMe ★	16:00 ボクシング&キック (相対)		17:00	
18:00													16:45 TUKALI 初級 (打ち合い無し)			17:30 生中継 初級	
18:30			KissMe ★	18:00 初級 コンビネーション	BowChi ★★★		KissMe ★	18:00 初級 NEWエイト	18:00 生中継 初級 コンビネーション			17:45 上級				18:00	
19:00			新作 FreakIt! ★★★★★	19:00 初級~中級入門 チャレンジクラス	新作 FreakIt! ★★★★★		新作 FreakIt! ★★★★★	19:00 初級	KissMe ★	19:00 初級 キック コンビネーション			18:15 生中継 初級 リズボク 滝汗レッスン			18:30	
19:30																19:30	
20:00			BowChi ★★★	20:00-20:45 初級			BowChi ★★★	20:00-20:45 初級 滝汗レッスン	新作 FreakIt! ★★★★★							20:00	
20:30																20:30	
21:00			CLOSE 21:00		CLOSE 21:00		CLOSE 21:00		CLOSE 21:00				CLOSE 19:30			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

9月10月休館日
 9/5(月)、12(月)
 19(月)、23(祝)
 26(月)、10/3(月)
 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あります。

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

