

プレミアム会員様レッスン

オンライン会員様/金沢・旧都島会員様レッスン

TUスターターキット	TUウォームアップクールダウンスタジオ	生中継スタジオ	TUリズムボクスタジオ	TUKALIスタジオ	TUMGスタジオ	TUMMスタジオ	TUボクシングスタジオ	TUキックボクシングスタジオ	TUトレーニングスタジオ	TUストレッチスタジオ
	7:00 朝は リズムボク体操で 気持ちよく スタートしよ う!! レッスンの前後に リズムボク体操をやっ て更に効果を上げ ましょう!!									
	7:30					オンライン会員様や金沢・旧都島会員様からプレミアム会員様へのご変更は、 いつでも変更頂けますので、お気軽にお問合せください!! プレミアム会員様は、 ■ の特別クラス! TUによる生中継でのTUMMもお楽しみください!!				
	8:00									
	8:30									
TUリズムボク スタジオ	9:00									
	9:30									
	10:00	再放送 10:00 リズムボク初級								
	10:30	再放送 10:00 リズムボク初級								
	11:00	再放送 11:00 TUキックボクシング								
TUKALI スタジオ	11:30		10:30-13:30 リー1 Happyジェム リー2 ノリノリ美尻パンチ リー3 美尻・美脚バウンド リー4 下腹さよなら イン&アウト メドレーレッスン 421編 リー5 ウエストカット ラグプログレッション 爆笑! 横腹削るキックエイ メドレーレッスン InOut編	10:30-13:30 K-1 必須科目コッキング K-2 慣れてきたKALI クロス編 K-3 初めてのKALI オープン編 K-4 全身シェイプ321 K-5 背中・二の腕ルフ6 K-6 ちょいムズKALI パラレル編 K-7 三三七拍子ピンダリオ K-8 脳活性イラストリスモ5	10:30-11:30 MG-1 フリーTUMG Power from Heaven					
	12:00	再放送 12:00 リズムボク初級								
TUMG スタジオ	12:30									
	13:00									
	13:30									
	14:00	LIVE 14:00 TUボクシング								
TUMM スタジオ	14:30									
	15:00									
	15:30									
TU ボクシング スタジオ	16:00									
	16:30	LIVE 16:30 リズムボク中級								
	17:00									
	17:30	LIVE 17:30 リズムボク初級								
TUキック ボクシング スタジオ	18:00									
	18:30	再放送 18:30 リズムボク初級								
	19:00									
	19:30	再放送 19:30 TUKALI初級								
	20:00	LIVE 20:00-20:45 リズムボク初級								
	20:30									
	21:00		21:00-翌日9:00 メドレーレッスン InOut編	21:00-翌日9:00 脳活性イラストリスモ5	21:00-翌日9:00 MG-1 フリーTUMG Power from Heaven					
	23:00									

TUスターターキットは
24時間ご利用頂けます

TUトレーニング
スタジオは
24時間ご利用頂けます。

TUストレッチ
スタジオは
24時間ご利用頂けます。