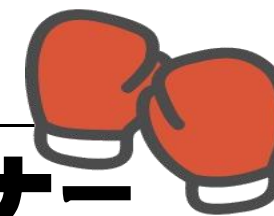




2022年9月



IFスタジオ スケジュール

担当トレーナー

月曜日	10:00~22:00 BOXING	5日、12日います 19:00~20:00 Syu-yaトレーナー
火曜日	10:00~22:00 BOXING ※毎週16:30~17:30は、キッズBOXINGの専用ですのでBOXINGは出来ません。	毎週 20:00~ YU-KIトレーナー サンドバックにキックOKの日
水曜日	10:00~22:00 BOXING ※7日、21日11:00~12:00 キックボクサとBOXINGは、1Fは共有になります。	毎週 20:00~山田トレーナー※28日お休み 第2, 4週11:00~12:30 川村(女子BOXING)
木曜日	10:00~22:00 BOXING ※毎週11:30~12:30 20:00~21:00 のボクササイズorキックボクサとBOXINGは、1Fは共有になります。	毎週 21:00~ 中川店長 サンドバックにキックOKの日
金曜日	10:00~22:00 BOXING ※毎週10:30~11:30 ヨガの専用ですので、BOXINGは出来ません。	2日、16日、30日 います 19:00~21:00 森トレーナー
土曜日	9:30~17:30 BOXING	毎週 13:00~17:30 森トレーナー
日曜日	10:30~14:30 BOXING	4日、18日います 11:00~14:00 川村トレーナー

ボクシングご利用の際、ご予約は必要ありません。持ち物…動きやすい服装、タオル、飲み物、室内シューズ

※都合によりトレーナーがお休みになることがあります。

19日、23日は、祝日により20:30までの営業 トレーナーは、お休みです。