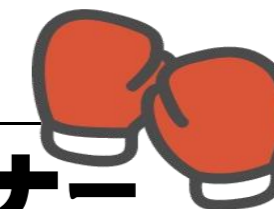




2022年12月



1F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	12日、19日います 19:00～ 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 キックとBOXINGは、1Fは共有になります。 ※14日、28日11:00～12:30 女子限定の時間です。	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 20:00～21:30 のボクサ・・・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。	9日、23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。

12月29日(木)午後～1月3日(火) 年末年始のお休みになります。