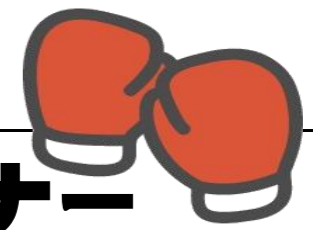




2023年1月



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	※9、30日お休み 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。 ※11日、25日11:00~12:30 女子限定の時間です。	20:00~山田トレーナー ※4日、25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 21:30~ 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。	19:00~21:00 ※20日お休み 森トレーナー
土曜日	9:30~17:30 BOXING	13:00~17:30 ※14、28日お休み 森トレーナー
日曜日	10:30~14:30 BOXING	15日、29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。

