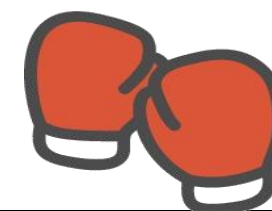




2025年7月



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	14日20:00～22:00 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
水曜日	10:00～22:00 BOXING	9, 16, 23, 30日 11:00～13:30 白川 2, 9, 16, 23日 20:00～山田トレーナー
木曜日	10:00～22:00 BOXING	基本、トレーナー不在 事前に言っていただければミット持ちます。中川 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。	11, 25日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	6, 20, 27日13:00～14:00 市川トレーナー

- ◎都合によりトレーナーがお休みになることがあります。
- ◎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

