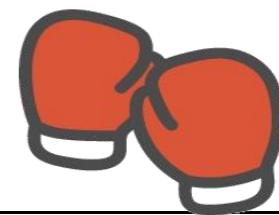




2025年12月



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	8日 19:00~21:00 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。	2, 16, 23日 20:00~YU-KIトレーナー
水曜日	10:00~22:00 BOXING	3, 10, 17日 11:00~13:30 白川 毎週 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。	5, 19日 19:00~21:00 森トレーナー
土曜日	9:30~17:30 BOXING	6, 13日 13:00~16:30 20, 27日 13:00~17:30 森トレーナー
日曜日	10:30~14:30 BOXING	7, 21, 28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

12月29日13時まで

12月30日～1月4日お休み