★ タイムスケジュール ★

Established 2020
N★TRUST
MMA & FITNESS GYM

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日・祝日
11:00 ~ OPEN						
ストライキング 🔰ビギナー🔰 11:00 ~ 12:00 NavE	脳洗浄100 11:00 ~ 13:00 RIE 完全予約制 （１名様）			レディース クラス 60 11:00 ~ 12:00 ERIKA	ストライキング フィット 50 11:00 ~ 12:00 ERIKA	
予約コンテンツ 12:30 ~ 18:00	予約コンテンツ 13:30 ~ 18:00	予約コンテンツ 11:00 ~ 18:00	予約コンテンツ 11:00 ~ 18:00	予約コンテンツ 12:30 ~ 18:00	CLOSE 14:30 ~ OPEN 🔰整体ヨガ🔰50 15:00 ~ 15:50 EMI パワーヨガ 60 16:00 ~ 17:00 EMI	予約コンテンツ 11:00 ~ 21:00
18:00 ~ OPEN					フリーマット	
フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット	ストライキング ベーシック 18:00 ~ 18:45 アドバンス 18:45 ~ 19:30 NavE	
🔰沖ヨガ🔰 50 19:00 ~ 19:50 EMI	ストライキング フィット 50 19:00 ~ 19:50 NavE	ストライキング 🔰ビギナー🔰 19:00 ~ 20:00 NavE	ストライキング フィット 50 19:00 ~ 19:50 ERIKA	ヒット トレーニング 20 19:00 ~ 19:20 ERIKA		
パワーヨガ 50 20:00 ~ 20:50 EMI	グラップリング 🔰ビギナー🔰 20:00 ~ 21:00 NavE	フリーマット	ヒット トレーニング 20 20:00 ~ 20:20 ERIKA	ラウンドナイン 45 19:30 ~ 20:15 ERIKA		
ストライキング ベーシック 21:00 ~ 21:45 アドバンス 21:45 ~ 22:30 伊賀GORI	グラップリング アドバンス 21:00 ~ 22:00 NavE	MMA ベーシック 20:30 ~ 21:00 アドバンス 21:00 ~ 22:00 NavE	ブラジリアン柔術 🔰ビギナー🔰 20:30〜21:30 伊賀GORI ブラジリアン柔術 アドバンス 21:30〜22:30 伊賀GORI	ボクシング ベーシック 20:30 ~ 21:15 アドバンス 21:15 ~ 22:00 塩谷 尚也	予約コンテンツ 20:00 ~ 22:00	CLOSE
CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	