★ タイムスケジュール ★

N★TRUST

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）	予約コンテンツ 11:00 ~ 18:30 （完全予約制）	予約コンテンツ 11:00 ~ 18:30 （完全予約制）	レディースクラス 11:00 ~ 12:00 ERIKA	ストライキング フィット 11:00 ~ 12:00 ERIKA	予約コンテンツ 11:00 ~ 21:00 （完全予約制）
選手練習 12:30 ~ 14:00 （要連絡）	予約コンテンツ 13:30 ~ 18:30 （完全予約制）			選手練習 12:30 ~ 14:00 （要連絡）	ムエタイクラス ベーシック 12:30 ~ 13:15 アドバンス 13:15 ~ 14:00 中嶋 平八	
予約コンテンツ 11:00 ~ 15:00 （完全予約制）				予約コンテンツ 15:00 ~ 18:30 （完全予約制）	フリーマット 14:00 ~ 15:00	
18:30 ~ 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	予約コンテンツ 15:00 ~ 20:30 （完全予約制）	
沖ヨガ 50 19:00 ~ 19:50 EMI	ストライキング フィット 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 19:00 ~ 19:50 ERIKA	ヒットトレーニング 19:00 ~ 19:30 ERIKA		
パワーヨガ 50 19:55 ~ 20:45 EMI	グラップリング ベーシック 20:00 ~ 21:00	フリーマット	ブラジリアン柔術 🔰ビギナー🔰 20:00〜21:00 松本一郎 ※第１.第３ 木曜日のみ	ラウンドナイン 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	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 アドバンス 21:00 ~ 22:00 松本一郎 ※第１.第３ 木曜日のみ	ボクシングクラス ベーシック 20:30 ~ 21:15 アドバンス 21:15 ~ 22:00 塩谷 尚也	ブラジリアン柔術 ベーシック 20:30 ~ 21:15 アドバンス 21:15 ~ 22:00 伊賀GORI ※第３土曜日は休講	
CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE