

時間	分	月	火	水	木	金	土	日			
11	0										
	15										
	30										
	45										
12	0										
	15										
	30										
	45	開館	開館	開館	開館		開館	開館			
13	0	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	休館日	キックボクシング (ミット・ テクニック)	総合格闘技 テクニック			
	15						キックボクシング (フリー指導有り)	フリーマット			
	30										
	45										
14	0	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング		休館日	キックボクシング (フリー指導有り)	フリーマット		
	15										
	30										
	45										
15	0	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング			休館日	CLOSE	閉館	
	15										
	30										
	45										
16	0	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング				休館日	CLOSE	
	15										
	30										
	45										
17	0	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	休館日				CLOSE	
	15										
	30										
	45										
18	0	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)		休館日			キックボクシング (ミット・ テクニック)	
	15	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)					キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)
	30										
	45										
19	0	キックボクシング (ミット・ テクニック)	キックボクシング (ミット・ テクニック)	キックボクシング (ミット・ テクニック)	キックボクシング (ミット・ テクニック)			休館日		キックボクシング (フリー 指導有り)	
	15	キックボクシング (ミット・ テクニック)	キックボクシング (ミット・ テクニック)	キックボクシング (ミット・ テクニック)	キックボクシング (ミット・ テクニック)					キックボクシング (フリー指導有り)	閉館
	30										
	45										
20	0	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)				休館日	閉館	
	15	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)	キックボクシング (フリー指導有り)					閉館	
	30										
	45										
21	0	総合格闘技 寝技テクニック	総合格闘技 寝技テクニック	総合格闘技 寝技テクニック	総合格闘技 寝技テクニック	休館日					
	15	総合格闘技 寝技テクニック	総合格闘技 寝技テクニック	総合格闘技 寝技テクニック	総合格闘技 寝技テクニック						
	30										
	45										
22	0						休館日				
	15	閉館	閉館	閉館	閉館						
	30										
	45										