

SCHEDULE 2022.05

Mon		Tue		Wed			Thu		Fri		Sat		Sun		
GS 旧	神宮前 新	GS 旧	神宮前 新	GS 旧	神宮前 新	南本部	GS 旧	神宮前 新	GS 旧	神宮前 新	GS 旧	神宮前 新	GS 旧	神宮前 新	南本部
	10:00-10:50 キックボクシング ダイエット		10:00-10:50 ピラティス					10:00-10:50 キックボクシング ダイエット			10:00-11:00 K-1	9:30-10:30 モデルレッスン 未就学児 小学低学年	10:00-11:00 空手ジュニア (初級)	10:00-11:00 空手ジュニア (初級)	10:00-11:30 空手MIX (一般&Jr)
	11:00-11:30 美尻&くびれ		11:00-11:50 Kick out					11:00-11:30 美尻&くびれ		11:00-11:50 Kick out		10:45-12:15 モデルレッスン 中学生以上	11:30-13:30 GYM開放 会員のみ	11:15-12:15 空手ジュニア (中級)	11:30-12:30 空手選手クラス (一般&Jr)
											12:00-13:00 空手ジュニア (初級)	13:00-15:30 GYM開放 会員のみ	14:00-14:50 キックボクシング ダイエット	12:30-13:30 K-1キッズ	
	16:00-17:00 ダンス入門 HIPHOP 未就学児									16:00-17:00 ダンス入門 JAZZ (初級)	13:15-14:15 空手ジュニア (中級)		15:15-15:45 美尻&くびれ		
	17:00-18:00 ダンスレッスン HIPHOP 初級	17:30-18:30 空手ジュニア (初中級)		17:00-18:00 ダンスレッスン LOCK (初級)		17:30-19:00 空手ジュニア (初中級)		17:30-18:30 ダンスレッスン レベルアップ クラス		17:00-18:00 ダンスレッスン JAZZ (中級)	15:00-15:50 キックボクシング ダイエット		16:00-16:50 キックボクシング ダイエット		13:00-18:00 GYM開放 会員のみ
18:00-21:00 GYM開放 会員のみ	18:00-19:15 ダンスレッスン HIPHOP	18:30-19:30 空手選手クラス (一般&Jr)	18:30-20:00 モデルレッスン (キッズ一般)	18:00-19:00 ダンスレッスン LOCK (中級)		19:00-20:00 空手選手クラス (一般&Jr)	18:00-19:00 ボイス トレーニング	18:00-19:30 ダンスレッスン チーム強化		18:00-19:30 ダンスレッスン JAZZ (一般)	16:15-16:45 美尻&くびれ	16:00-17:00 空手選手クラス (一般&Jr)			
	19:15-20:30 ダンスレッスン GIRLS HIPHOP	19:30-20:30 空手MIX (一般&Jr)		19:00-20:30 ダンスレッスン LOCK (中学生以上)			19:00-20:00 ボイス トレーニング	19:30-20:30 ダンスレッスン チーム強化		19:30-20:30 空手MIX (一般&Jr)	17:00-17:50 キックボクシング ダイエット	17:30-18:30 K-1キッズ			
	20:45-21:35 キックボクシング ダイエット			20:30-21:30 K-1			20:00-21:00 ボイス トレーニング	20:45-21:35 キックボクシング ダイエット		20:00-20:50 キックボクシング ダイエット					
	21:00-22:00 キックボクシング ダイエット	21:00-22:00 キックボクシング ダイエット		21:00-22:00 キックボクシング ダイエット				21:40-22:10 美尻&くびれ		21:00-21:30 美尻&くびれ					
	21:40-22:10 美尻&くびれ														



フィットネス



格闘技



芸能アカデミー