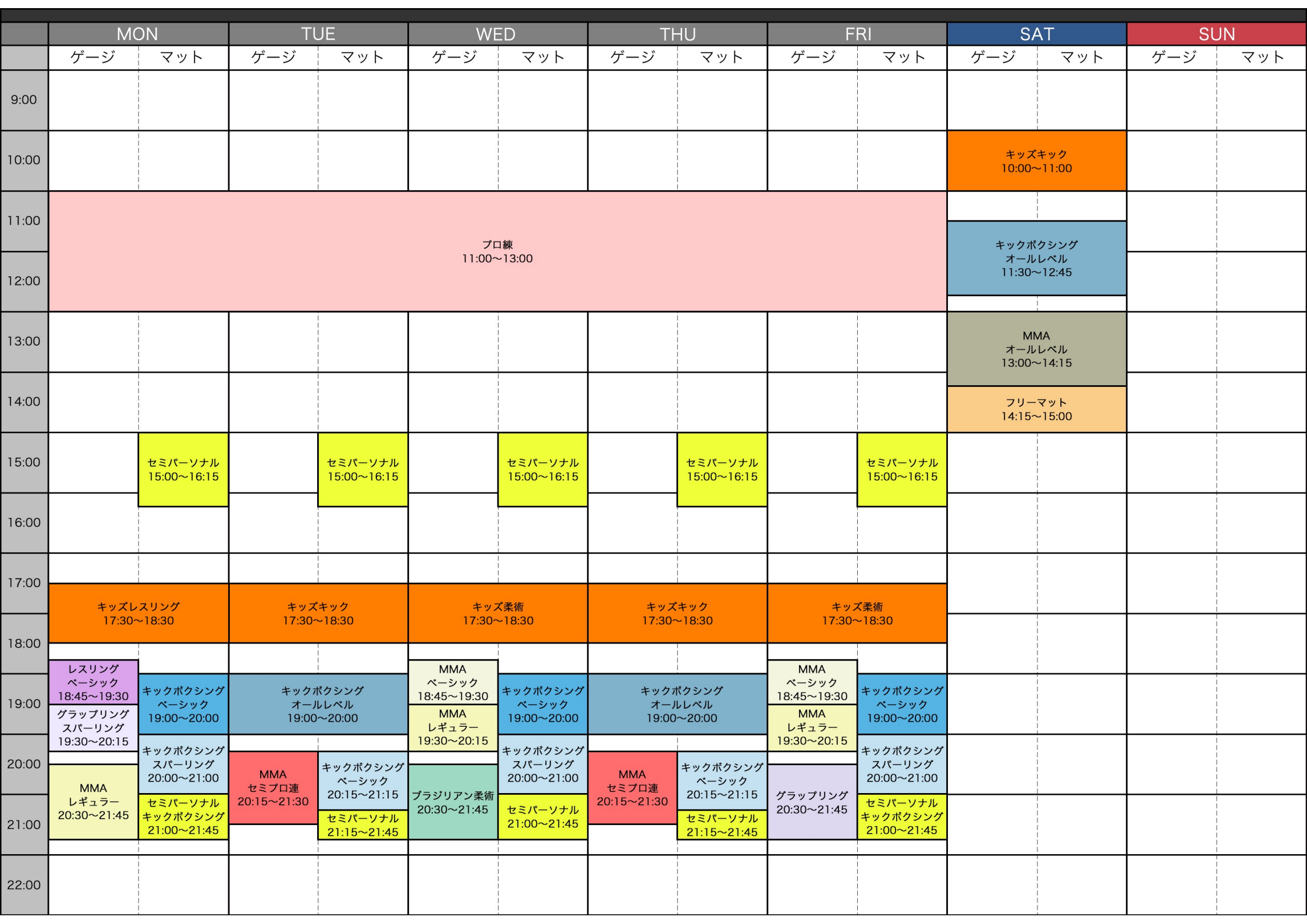
MON
TUE
WED
THU
FRI
SAT
SUN
ゲージ
マット
9:00
10:00
11:00
12:00
13:00
14:00
15:00
16:00
17:00
18:00
19:00
20:00
21:00
22:00
キッズキック
10:00〜11:00
プロ練
11:00〜13:00
キックボクシング
オールレベル
11:30〜12:45
MMA
オールレベル
13:00〜14:15
フリーマット
14:15〜15:00
セミパーソナル
15:00〜16:15
キッズレスリング
17:30〜18:30
キッズキック
17:30〜18:30
キッズ柔術
17:30〜18:30
キッズキック
17:30〜18:30
キッズ柔術
17:30〜18:30
レスリング
ベーシック
18:45〜19:30
グラップリング
スパーリング
19:30〜20:15
MMA
レギュラー
20:30〜21:45
キックボクシング
ベーシック
19:00〜20:00
キックボクシング
スパーリング
20:00〜21:00
セミパーソナル
キックボクシング
21:00〜21:45
キックボクシング
オールレベル
19:00〜20:00
MMA
セミプロ連
20:15〜21:30
キックボクシング
ベーシック
20:15〜21:15
セミパーソナル
21:15〜21:45
MMA
ベーシック
18:45〜19:30
MMA
レギュラー
19:30〜20:15
ブラジリアン柔術
20:30〜21:45
キックボクシング
ベーシック
19:00〜20:00
キックボクシング
スパーリング
20:00〜21:00
セミパーソナル
21:00〜21:45
キックボクシング
オールレベル
19:00〜20:00
MMA
セミプロ連
20:15〜21:30
キックボクシング
ベーシック
20:15〜21:15
セミパーソナル
21:15〜21:45
MMA
ベーシック
18:45〜19:30
MMA
レギュラー
19:30〜20:15
グラップリング
20:30〜21:45
キックボクシング
ベーシック
19:00〜20:00
キックボクシング
スパーリング
20:00〜21:00
セミパーソナル
キックボクシング
21:00〜21:45