

## クラススケジュール2019/4月1日～

|       | 月 Mon                         | 火 Tue        | 水 Wed                        | 木 Thu                         | 金 Fri                        | 土 Sat                         |
|-------|-------------------------------|--------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| 14:00 | CLOSE                         | CLOSE<br>休館日 | CLOSE                        | CLOSE                         | CLOSE                        | パーソナル<br>トレーニング<br>(予約制)      |
| 14:30 |                               |              |                              |                               |                              | 幼年・入門クラス<br>15:00～15:45       |
| 15:00 |                               |              |                              |                               |                              | 健康空手クラス<br>15:30～16:30        |
| 15:30 | 健康空手クラス<br>15:30～16:30        |              | フリー<br>トレーニング                | 幼年・入門クラス<br>16:30～17:15       | フリー<br>トレーニング                | 一般クラス<br>(キック)<br>17:40～19:00 |
| 16:00 | 健康空手クラス<br>15:30～16:30        |              |                              | 少年クラス<br>17:30～18:30          |                              |                               |
| 16:30 | キッズ空手体験会                      |              | フリー<br>トレーニング                | レディス<br>キッククラス<br>19:45～20:45 | フリー<br>トレーニング                | フリー<br>トレーニング                 |
| 17:00 | 幼・少年クラス<br>17:30～18:30        |              |                              |                               |                              | 一般クラス<br>(空手)<br>19:30～21:00  |
| 17:30 | キッズ選抜クラス<br>18:40～19:10       |              | 一般クラス<br>(空手)<br>19:30～21:00 | レディス<br>キッククラス<br>19:45～20:45 | 一般クラス<br>(空手)<br>19:30～21:00 | CLOSE                         |
| 18:00 | 一般クラス<br>(キック)<br>19:30～21:00 |              |                              |                               |                              |                               |
| 18:30 | 一般クラス<br>(キック)<br>19:30～21:00 |              | CLOSE                        | CLOSE                         | CLOSE                        | CLOSE                         |
| 19:00 | 一般クラス<br>(キック)<br>19:30～21:00 |              |                              |                               |                              |                               |
| 19:30 | 一般クラス<br>(キック)<br>19:30～21:00 | CLOSE        | CLOSE                        | CLOSE                         | CLOSE                        |                               |
| 20:00 | 一般クラス<br>(キック)<br>19:30～21:00 |              |                              |                               |                              |                               |
| 20:30 | 一般クラス<br>(キック)<br>19:30～21:00 | CLOSE        | CLOSE                        | CLOSE                         | CLOSE                        |                               |
| 21:00 | 一般クラス<br>(キック)<br>19:30～21:00 |              |                              |                               |                              |                               |
| 21:30 | CLOSE                         | CLOSE        | CLOSE                        | CLOSE                         | CLOSE                        | CLOSE                         |

日曜日・祝祭日は休館になります

| クラス                   | 曜日・時間                              | 備考                               |
|-----------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| キッズ空手体験会 (3歳～小6)      | 月 16:45～17:15                      | 入会をご検討の方の体験クラス(予約制)              |
| 幼年・入門クラス (3歳～低学年初心者)  | 木 16:30～17:15<br>土 15:00～15:45     | 低学年入門初心者も参加出来ます                  |
| 少年クラス (小1～小6)         | 木 17:30～18:30<br>土 16:00～17:00     | サポーター必須                          |
| 幼・少年クラス (3歳～小6)       | 月 17:30～18:30                      | サポーター必須                          |
| キッズ選抜クラス              | 月 18:40～19:10                      | サポーター必須                          |
| 一般クラス (中学生以上)         | 月・水・金 19:30～21:00<br>土 17:40～19:00 | 月・土 キッククラス<br>水・金 空手クラス (空手衣 着用) |
| 健康空手クラス (中学生以上)       | 月 水 金 15:30～16:30                  | 体力のない方も安心して参加出来ます                |
| レディスキッククラス (中学生以上の女性) | 木 19:45～20:45                      | チケット制                            |

\*すべてのクラスにおいて無料体験が可能です。メールまたはお電話にてお問い合わせください。