

	月	火	水	木	金	土	日	祝日
11 時							CLOSE	CLOSE
12 時	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE		
13 時						ミット トレーニング		
14 時	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	KIDS 戸邊	ミット トレーニング	FREE
15 時								FREE
16 時	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習
17 時	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習
18 時								
19 時		KIDS 藤橋						
20 時	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング		
21 時								
22 時	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE		

ミットトレーニング

マンツーマンでトレーナーがミットを持って
指導します

プロ練習

プロ・プロ志望会員のトレーニングとなり
参加は許可製になります
(FREEトレーニングでの参加可能)

FREE

自主トレーニングが出来ます

KIDS

入会当初から参加可能なクラスとなります