京都総本部道場　時間割

★月曜日　～　金曜日　PM1：00～PM10：00　★土曜日　PM2：00～PM9：00　＜日曜日・祝日　休館＞

	月	火	水	木	金	土	
11:00	パーソナルレッスン 11:00－13:00 完全予約制	パーソナルレッスン 11:00－13:00 完全予約制	パーソナルレッスン 11:00－13:00 完全予約制	パーソナルレッスン 11:00－13:00 完全予約制	パーソナルレッスン 11:00－13:00 完全予約制		11:00
:15							:15
:30							:30
:45							:45
12:00							12:00
:15							:15
:30							:30
:45							:45
13:00							13:00
:15	13：15　OPEN	13：15　OPEN	13：15　OPEN		13：15　OPEN		:15
:30	昼間キック・ボクシング フィットネス （13：30－14：30）	昼間キック・ボクシング フィットネス （13：30－14：30）	昼間キック・ボクシング フィットネス （13：30－14：30）		昼間キック・ボクシング フィットネス （13：30－14：30）		:30
:45							:45
14:00						キッズBクラス （14：00-15：10）	14:00
:15							:15
:30	フリー＆テクニック 14：30－15：20	フリー＆テクニック 14：30－15：20	フリー＆テクニック 14：30－15：20		フリー＆テクニック 14：30－15：20		:30
:45							:45
15:00							15:00
:15	15：20CLOSE	15：20CLOSE	15：20CLOSE		15：20CLOSE	キッズAクラス （15：10-15：40）	:15
:30							:30
:45							:45
16:00							16:00
:15							:15
:30	キッズBクラス （16：30-17：40）		キッズBクラス （16：30-17：40）		キッズBクラス （16：30-17：40）	Girls　Kick （16：00-17：00）	:30
:45							:45
17:00							17:00
:15							:15
:30							:30
:45							:45
18:00	キッズBクラス （18：00-19：10）		キッズBクラス （18：00-19：10）		キッズBクラス （18：00-19：10）		18:00
:15							:15
:30							:30
:45							:45
19:00		19：00　OPEN		18：45　OPEN		19：00　OPEN	19:00
:15	キッズAクラス （19：10-19：40）		キッズSクラス （19：10-19：40）	レディースキック （19:00～19：50）	キッズAクラス （19：10-19：40）		:15
:30		Girls　Kick （19：30-20：30）				キックボクシング フィットネス （19：30-20：30）	:30
:45							:45
20:00	新空手クラス （20：00-21：30）		キックボクシング フィットネス （20：00-21：00）	新空手クラス （20：00-21：30）	キックボクシング フィットネス （20：00-21：00）		20:00
:15							:15
:30							:30
:45						フリー＆テクニック （20：30-21：00）	:45
21:00		Girls　Kick （21：00-22：00）	フリー （21：00-21：30）		フリー＆テクニック （21：00-22：00）		21:00
:15							:15
:30	フリー （21：30-22：00）		選手フィジカル （21：30-22：30）	フリー （21：30-22：00）			:30
:45							:45
22:00							22:00
:15							:15
:30							:30
:45							:45
23:00							23:00