東京本部道場　時間割

★月曜日～金曜日　13:00～22:00　★土曜日　11:00～20:30　★日曜日　11:00～15:00　＜祝日　休館＞※大会・イベント時は休館

	月	火	水	木	金	土	日
11:00 :15 :30 :45	完全予約制 パーソナル	完全予約制 パーソナル	完全予約制 パーソナル	完全予約制 パーソナル	Beauty Kick （11:00-12:00）	Beauty Kick （11:00-12:00）	（試合・イベント時は休館） 11:00　OPEN キックボクシング フリー （11:00-15:00）
12:00 :15 :30 :45			昼間キックボクシング フリー （12:00-14:00）		選手練習 （12:30-14:30）	キックボクシング クラス （12:30-13:30）	
13:00 :15 :30 :45						フリー 14:00	
14:00 :15 :30 :45			選手練習 （14:00-15:30）				
15:00 :15 :30 :45						キッズBクラス1部 （15:30-16:30）	15:00　CLOSE
16:00 :15 :30 :45			キッズBクラス1部 （16:30-17:30）	キッズBクラス1部 （17:00-18:00）	キッズBクラス1部 （16:30-17:30）	キッズBクラス2部 （17:00-18:00）	
17:00 :15 :30 :45			キッズBクラス2部 （18:00-19:00）		キッズBクラス2部 （18:00-19:00）	キッズAクラス （18:00-18:30）	
18:00 :15 :30 :45		Beauty Kick （19:00-20:00）	新空手クラス （19:30-20:50）	Beauty Kick （19:00-20:00）	新空手クラス （19:30-20:50）	キックボクシング フリー （18:30-20:30）	
19:00 :15 :30 :45		ボクシングクラス （20:30-22:00）	グラップリング & ミットトレーニング （21:00-22:00）	キックボクシング クラス （20:30-21:30）	フリー （21:00-22:00）		
20:00 :15 :30 :45	選手練習 （21:00-22:00）			選手練習 （20:30-22:30）			
21:00 :15 :30 :45							
22:00 :15 :30 :45							
23:00							