

# AKIRA ~budo school~

2018・7

		2018.7.01						
7:00		[月]	[火]	[水]	[木]	[金]	[土]	[日]
8:00		MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9:00		10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	09:00 OPEN
10:00								【書道】 8日 10:00
11:00		【女性限定】 Kick Boxing 10:30~	【女性限定】 Kick Boxing 10:30~	【女性限定】 Kick Boxing 10:30~	【女性限定】 Kick Boxing 10:30~	【女性限定】 Kick Boxing 10:30~	【女性限定】 Kick Boxing 10:30~	【茶道】 休講
12:00		パーソナル トレーニング 12:00~	パーソナル トレーニング 12:00~	パーソナル トレーニング 12:00~	パーソナル トレーニング 12:00~	パーソナル トレーニング 12:00~	パーソナル トレーニング 12:00~	Kids 空手道 12:00 ~ 13:20
13:00		パーソナル トレーニング 13:00~	パーソナル トレーニング 13:00~	パーソナル トレーニング 13:00~	パーソナル トレーニング 13:00~	パーソナル トレーニング 13:00~	パーソナル トレーニング 13:00~	実践 空手 13:30 ~ 15:00
14:00		パーソナル トレーニング 14:00~	パーソナル トレーニング 14:00~	パーソナル トレーニング 14:00~	パーソナル トレーニング 14:00~	パーソナル トレーニング 14:00~	パーソナル トレーニング 14:00~	
15:00		パーソナル トレーニング 15:00~	パーソナル トレーニング 15:00~	パーソナル トレーニング 15:00~	パーソナル トレーニング 15:00~	パーソナル トレーニング 15:00~	パーソナル トレーニング 15:00~	
16:00								柔道 15:30~17:30
17:00		【強化クラス】 Kids テコンドー 17:00~ 18:50	Kids キック 17:00~	Kids 柔道 17:00~	Kids テコンドー 17:00~	Kids キック 17:00~	【強化クラス】 Kids 空手道 16:00 ~ 17:20	
18:00			Kids キック 18:00~ 18:50	Kids 柔道 18:00~ 18:50	Kids テコンドー 18:00~ 18:50	Kids キック 18:00~ 18:50	Kids レスリング 17:30~	ファンクショナル トレーニング 17:40 ~ 19:10
19:00							Kids レスリング 18:30~ 19:30	
20:00		キックボクシング 19:30~21:00	ムエタイ 19:30~21:00	柔道 19:30~21:00	キックボクシング 19:30~21:00	ムエタイ 19:30~21:00	ファンクショナル トレーニング 19:30~21:00	19:30CLOSE
21:00		自主練習 21:00~	自主練習 21:00~	自主練習 21:00~	自主練習 21:00~	自主練習 21:00~	【自主練習】 & 【渡部塾】 テコンドー 21:00~	営業時間のお知らせ 月~土曜日 10:00~22:30
22:00								日曜日 10:00~19:30
23:00		22:30CLOSE	22:30CLOSE	22:30CLOSE	22:30CLOSE	22:30CLOSE	22:30CLOSE	祝日 10:00~22:00  (毎月第3日曜日) 休館日

※スケジュールは、都合により変更する場合がございますので予めご了承下さい。