

AKIRA ~budo school~

2023・06

| | 10:00 OPEN | 10:00 OPEN | 10:00 OPEN | 10:00 OPEN | 10:00 OPEN | 9:00 OPEN | 9:00 OPEN |
|-------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---|---|-----------------------------|--|
| 7:00 | [月] | [火] | [水] | [木] | [金] | [土] | [日] |
| 8:00 | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT | SUN |
| 9:00 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | 朝活 フリー 9:00~11:50 | kids & 一般空手道 9:00~11:00 |
| 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~ | | |
| 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 & 一般柔道 11:30~13:30 |
| 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~ | |
| 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~ | 【書道】 11日 14:00~15:30 |
| 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 | | | | | | | |
| 17:00 | Kids 空手道 17:00~ | Kids キック 17:00~ | Kids 柔道 17:00~18:00 | | Kids キック 17:00~ | Kids & 一般空手道 16:00~17:30 | |
| 18:00 | Kids 空手道 18:00~18:50 | Kids キック 18:00~18:50 | Kids 柔道 18:00~18:50 | | Kids キック 18:00~18:50 | | 16:00 CLOSE |
| 19:00 | | | | | | | |
| 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 柔道(清新中) 19:00~21:00 | ムエタイ 19:30~21:00 柔道(清新中) 19:00~21:00 | | 営業時間のお知らせ |
| 21:00 | 自主練習 21:00~22:30 | 自主練習 21:00~22:30 | | 自主練習 21:00~22:30 | 自主練習 21:00~22:30 | 18:00 CLOSE | 月~金曜日 10:00~22:30 土曜日 09:00~18:00 日曜日 09:00~14:00 |
| 22:00 | | | | | | | |
| 23:00 | 22:30 CLOSE | 22:30 CLOSE | 21:30 CLOSE | 22:30 CLOSE | 22:30 CLOSE | | 祝日 休館 (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。