

# AKIRA ~budo school~

2024・11

7:00	[月] MON	[火] TUE	[水] WED	[木] THU	[金] FRI	7:00	[土] SAT	[日] SUN
8:00								
9:00	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	8:45 OPEN	8:45 OPEN	
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 13:00~	【書道】 10日 12:30~ 4:00	
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 13:00~		
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		14:00 CLOSE
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			
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	
22:00							土曜日 09:00~18:00	
23:00	22:30 CLOSE	22:30 CLOSE	21:30 CLOSE	22:30 CLOSE	22:30 CLOSE		日曜日 09:00~14:00	
							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。