

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
11:30	11:30 OPEN					CLOSE	
12:00							
13:00	KICKBOXING TRAINING						
13:30	キックボクシングトレーニング						
14:00	営業時間内であれば何時でも「ミット打ち」を中心とした						
14:30	メニューでトレーナーが各々の目的（選手志向、エクササイズ、健康志向・・・）に					13:30 OPEN	
15:00	合わせて指導いたしますので好きな時間にお越しください。						
16:00	※MMAの練習やスパーリング等はクラス時間枠でお越しください						
17:00							
17:30	KIDS		KIDS		KIDS		
18:00							
18:30							
19:00						19:00 CLOSE	
20:00			MMA (総合格闘技)			CLOSE	
20:30	MMA				MMA		
21:00		kickboxing (キックボクシング) 選手スパー	MMA 選手練習	kickboxing (キックボクシング) 選手スパー			
21:30							
22:00							
22:30	KICKBOXING TRAINING						
23:00	23:00 CLOSE						

キックボクシング
 総合格闘技
 キッズクラス

トレーナーが常駐しておりますのでキックボクシングのトレーニングは営業時間内いつでも好きな時に行って頂けます。都合の良い時間にお越しください