

	月	火	水	木	金	土	日	祝日
11 時						CLOSE		CLOSE
12 時	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE			
13 時						ミット トレーニング		
14 時	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	KIDS 戸邊		
15 時								
16 時	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習		
17 時	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習	プロ練習		
18 時								
19 時		KIDS 藤橋				ミット トレーニング		
20 時	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング	ミット トレーニング			
21 時								
22 時	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE		

ミットトレーニング
マンツーマンでトレーナーがミットを持って指導します

プロ練習
プロ・プロ志望会員のトレーニングとなり参加は許可製になります
(FREEトレーニングでの参加可能)

FREE
自主トレーニングが出来ます

KIDS
入会当初から参加可能なクラスとなります