

2012.1~	月	火	水	木	金	週末→	土	日	
【一部】 オープン 10:00	休館日					週末→ オープン 11:00	NEW		
						BOXING	FIGHTING	CONDITIONING	
		ストレッチボール 11:00~(20) 井上	FIGHTING EXERCISE	FIGHTING EXERCISE	FIGHTING EXERCISE	CONDITIONING 10:30~(60) 井上	11:30~(45) 清水	11:30~(60) 井上	
			11:00~(60) 井上	11:00~(45) 浜崎		NEW	RHYTHM		
		12:00	FIGHTING EXERCISE		KICK STYLE	FIGHTING EXERCISE	WORK OUT	DAGEKI CONDITIONING	
			11:30~(60) 井上	DAGEKI CONDITIONING	12:00~(45) 浜崎	11:00~(45) 松本	12:30~(60) 片木	12:45~(45) 井上	
				12:15~(60) 井上					
			DAGEKI CONDITIONING						
			12:45~(45) 井上						
		クローズ 15:00							FIGHTING EXERCISE
									FIGHTING EXERCISE
【二部】 オープン 18:00	休館日								
					KICK STYLE				
		FIGHTING EXERCISE	オープン 19:30	19:00~(45) 井上	FIGHTING EXERCISE	16:00~(60) 井上	16:00~(60) 井上		
		19:30~(45) 松本			19:30~(45) 横澤				
			FIGHTING EXERCISE	BOXING		BOXING	DAGEKI CONDITIONING		
			20:00~(60) 浜崎	20:00~(60) KIKUCHI	FIGHTING & DAGEKI・KICK	17:15~(60) TAKAHASHI	17:15~(45) 井上		
		20:30~(60) 片木			20:30~(60) 浜崎				
			KICK STYLE	FIGHTING EXERCISE					
			DAGEKI CONDITIONING	21:15~(45) 浜崎	21:15~(60) 横澤				
			21:45~(45) 井上						
		クローズ 23:00							空手スクール 毎週土・日曜日 19:30~(90)
									空手スクール 毎週土・日曜日 19:30~(90)