10：00 *open*

	mon	tue	wed	thu	fri	sat sun holiday
10:00	10:00~11:00 初心者キックボクシング	10:00~11:00 初心者キックボクシング	10:00~11:00 初心者キックボクシング	10:00~11:00 初心者キックボクシング	10:00~11:00 初心者キックボクシング	10:00~11:00 初心者キックボクシング
11:00	11:00~12:00 ダイエットキックボクシング	11:00~12:00 ダイエットキックボクシング	11:00~12:00 ダイエットキックボクシング	11:00~12:00 ダイエットキックボクシング	11:00~12:00 ダイエットキックボクシング	11:00~12:00 ダイエットキックボクシング
12:00	12:00~13:00 初心者キックボクシング	12:00~13:00 初心者キックボクシング	12:00~13:00 初心者キックボクシング	12:00~13:00 初心者キックボクシング	12:00~13:00 初心者キックボクシング	12:00~13:00 ダイエットキックボクシング
13:00	13:00~14:00 ダイエットキックボクシング	13:00~14:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	13:00~14:00 ダイエットキックボクシング	13:00~14:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	13:00~14:00 ダイエットキックボクシング	13:00~14:00 フリートレーニング （トレーナー不在）
14:00	14:00~15:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	14:00~15:00 初心者キックボクシング	14:00~15:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	14:00~15:00 初心者キックボクシング	14:00~15:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	14:00~15:00 初心者キックボクシング
15:00	15:00~16:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	15:00~16:00 ダイエットキックボクシング	15:00~16:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	15:00~16:00 ダイエットキックボクシング	15:00~16:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	15:00~16:00 ダイエットキックボクシング
16:00	16:00~17:00 初心者キックボクシング	16:00~17:00 初心者キックボクシング	16:00~17:00 初心者キックボクシング	16:00~17:00 初心者キックボクシング	16:00~17:00 初心者キックボクシング	16:00~17:00 初心者キックボクシング
17:00	17:00~18:00 ダイエットキックボクシング	17:00~18:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	17:00~18:00 ダイエットキックボクシング	17:00~18:00 フリートレーニング （トレーナー不在）	17:00~18:00 ダイエットキックボクシング	17:00~18:00 ダイエットキックボクシング
18:00	18:00~19:00 初心者キックボクシング	18:00~19:00 ダイエットキックボクシング	18:00~19:00 初心者キックボクシング	18:00~19:00 ダイエットキックボクシング	18:00~19:00 初心者キックボクシング	18：00 *close*
19:00	19:00~20:00 ダイエットキックボクシング	19:00~20:00 初心者キックボクシング	19:00~20:00 ダイエットキックボクシング	19:00~20:00 初心者キックボクシング	19:00~20:00 ダイエットキックボクシング	
20:00	20:00~21:00 初心者キックボクシング	20:00~21:00 ダイエットキックボクシング	20:00~21:00 初心者キックボクシング	20:00~21:00 ダイエットキックボクシング	20:00~21:00 初心者キックボクシング	
21:00	21:00~22:00 ダイエットキックボクシング	21:00~22:00 初心者キックボクシング	21:00~22:00 ダイエットキックボクシング	21:00~22:00 初心者キックボクシング	21:00~22:00 ダイエットキックボクシング	

22：00 *close*

※途中参加、途中退館OK