

タイムテーブル - タイムテーブル

	月	火	水	木	金	土	日			
7:00	石井 7:00-12:00	石井 7:00-12:00	海彦 7:00-12:00	石塚 7:00-12:00	石塚 7:00-12:00	石塚 7:00-12:00	石井 7:00-12:00			
8:00										
9:00										
10:00										
11:00										
12:00	SELFTRAINING 12:00-15:00	SELFTRAINING 12:00-15:00	SELFTRAINING 12:00-15:00	SELFTRAINING 12:00-15:00	SELFTRAINING 12:00-15:00	水澤 12:00-18:00	水澤 12:00-18:00			
13:00										
14:00										
15:00	トレーナー 15:00-18:00	トレーナー 15:00-18:00	トレーナー 15:00-18:00	トレーナー 15:00-18:00	トレーナー 15:00-18:00					
16:00										
17:00										
18:00	花本 18:00-23:00	久保 18:00-23:00	花本-KINGレイナ 20:00-21:00 レディースクラス 18:00-23:00	北田俊亮 18:00-20:00	修平 18:00-23:00	石塚 18:00-23:00	CLOSE			
19:00				20:00-21:00 総合格闘技クラス						
20:00								北田俊亮 21:00-23:00	(スパークラス)	スパークラス
21:00										
22:00										
23:00	SELF 23:00-24:00	SELF 23:00-24:00	SELF 23:00-24:00	SELF 23:00-24:00	SELFTRAINING 23:00-7:00	SELFTRAINING 23:00-7:00				
24:00:0	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE						
1:00										
2:00										
3:00										
4:00										
5:00										
6:00										