月曜日
火曜日
水曜日
木曜日
金曜日
土曜日
日曜日
CLOSE
6:00
6:30
10:00
10:30
11:00
11:30
12:00
12:30
13:00
13:30
14:00
14:30
15:00
15:30
16:00
16:30
17:00
17:30
18:00
18:30
19:00
19:30
20:00
20:30
21:00
21:30
22:00
22:30
23:00
23:30
24:00
24:30
25:00
25:30
Free
11:00～12:00 プロ練習
15:30～16:30 プロ練習
17:00～18:00 Kids 柔術 （井関）
17:00～18:00 Kids キックボクシング （内村）
17:00～18:00 Kids 柔術 （北田）
17:00～18:00 Kids キックボクシング （板谷）
19:00～20:00 キックボクシング （板谷）
19:00～20:00 MMA （内村）
19:00～20:00 キックボクシング （石川）
19:00～20:00 キックボクシング （板谷）
20:30～21:30 柔術 （山中）
20:30～21:30 キックボクシング （内村）
20:30～21:30 グラップリング （米倉）
20:30～21:30 MMA （板谷）
22:00～23:00 グラップリング （山中）
22:00～23:00 柔術 （丸本）
22:00～23:00 柔術 （米倉）
22:00～23:00 柔術 （井関）
11:00～12:00 キックボクシング （内村）
12:30～13:30 キックボクシング （内村）
14:00～15:00 グラップリング （石川）
15:30～16:30 ハードミットトレーニング （石川）
17:00～18:00 柔術 （杉原）
11:00～12:00 柔術 （井関）
12:30～13:30 キックボクシング （井関）
※4
14:00～15:00 MMA （内村）
15:30～16:30 ハードミットトレーニング （板谷）
17:00～18:00 キックボクシング （板谷）