Monthly Schedule

2026年12月

Picky gym kick & punch

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1 MAE 13:00～14:00 14:15～15:15 MAE 19:00～20:00 20:30～21:30	2 AI 10:30~12:00 HIKARU 19:00～20:00 女性限定 20:30～21:30	3 MAE 10:30~11:30 MAE 19:00～20:00 20:30～21:30	4 AI 13:00～14:00 14:15～15:15 AI 19:00～20:00 初心者コース 20:30～21:30	5 定休日
6 MATSUKEN 10:30~11:30	7 MARCY 10:30~11:30 HIKARU 19:00～20:00 MATUKEN 20:30～21:30	8 MAE 13:00～14:00 14:15～15:15 MAE 19:00～20:00 20:30～21:30	9 AI 10:30~12:00 HIKARU 19:00～20:00 女性限定 20:30～21:30	10 RINO 美尻レッスン 10:30~11:30 AI 19:00～20:00 20:30～21:30	11 AI 13:00～14:00 14:15～15:15 MAE 19:00～20:00 初心者コース 20:30～21:30	12 MATSUKEN 10:30~11:30 MATSUKEN 19:00～20:00
13 HIGASHI 初心者コース 10:30~11:30	14 TARONII 10:30~11:30 HIKARU 19:00～20:00 MATUKEN 20:30～21:30	15 MAE 13:00～14:00 14:15～15:15 MAE 19:00～20:00 20:30～21:30	16 AI 10:30~12:00 HIKARU 19:00～20:00 女性限定 20:30～21:30	17 RINO 美尻レッスン 10:30~11:30	18 AI 13:00～14:00 14:15～15:15 AI 19:00～20:00 初心者コース 20:30～21:30	19 MAITASU 体幹＆ストレッチトレーニング 13:00～13:45 MATSUKEN 19:00～20:00
20 RINO 美尻レッスン 10:30~11:30 MARCY 初心者コース 19:00～20:00	21 RINO 美尻レッスン 10:30~11:30 HIKARU 19:00～20:00 MATUKEN 20:30～21:30	22 MAE 13:00～14:00 14:15～15:15	23 AI 10:30~12:00 HIKARU 19:00～20:00 女性限定 20:30～21:30	24 MAE 10:30~11:30 AI 19:00～20:00 20:30～21:30	25 AI 13:00～14:00 14:15～15:00 MAE 19:00～20:00 初心者コース 20:30～21:30	26 MATSUKEN 10:30~11:30 MATSUKEN 19:00～20:00
27 MATSUKEN 10:30~11:30 MARCY 初心者コース 19:00～20:00	28 MARCY 10:30~11:30 HIKARU 19:00～20:00	29 定休日	30 定休日	31 定休日	※水曜19:00～ 女性限定コース ※金曜19:00～ 日曜19:00～ 初心者コース	