

9月スケジュール(9月13日～9月30日)

時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00							opengym
11:00	opengym					opengym	
12:00	jiu-jitsu 12:00～13:30		opengym		opengym	Muaytai 12:00～13:00	junior class kudo 11:30～12:50
13:00	opengym						jiu-jitsu 13:00～14:30
14:00							
15:00							
16:00						opengym	opengym
17:00	opengym			opengym	opengym		
18:00	kudo ジュニア & アドバンス 17:30～19:00	opengym	opengym	kudo ジュニア & アドバンス 17:30～19:00	jiu-jitsu 17:30～18:30		
19:00			opengym	opengym	opengym		
20:00	opengym	kudo 19:30～20:30	jiu-jitsu ビギナーテクニック 19:30～20:00 ベーシック 20:00～21:00	jiu-jitsu 19:50～20:50	kudo 19:00～20:00	jiu-jitsu 19:00～20:30	
21:00		Muaytai 20:40～21:30	opengym	opengym		opengym	
22:00		opengym					
23:00							

- ・10日、20日、30日、祝日はお休みです
- ・クラス優先ですが、空いたスペースでの自主練習は可能です