3月スケジュール

時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00							opengym 10:30～
11:00		opengym		opengym		opengym 11:30～	Muaytai 11:00～12:00
12:00						Muaytai 12:00～13:00	kudo ジュニア＆オールレベル 12:10～13:30
13:00						jiu-jitsu 13:10～14:20	
14:00						opengym	jiu-jitsu 13:40～15:00
15:00							
16:00							opengym ～17:30
17:00	open gym	opengym		opengym	opengym	opengym	
18:00	JUDO ジュニア 17:30～19:00	kudo ジュニア 17:30～19:00	opengym	kudo ジュニア＆オールレベル 17:30～19:00	kudo ジュニア 17:30～19:00	kudo シニア 17:30～18:30	
19:00	opengym	jiu-jitsu 19:10～20:10	Muaytai 18:20～19:20	Muaytai 19:10～20:00	jiu-jitsu 19:10～20:30	jiu-jitsu 18:40～19:50	
20:00	opengym 全クラス マススパータイム 20:00～20:30	Muaytai 20:20～21:20	kudo シニア 19:30～20:30	jiu-jitsu 20:10～21:10	Boxing 20:40～21:40	Muaytai 20:00～21:00	
21:00	opengym	kudo 21:30～22:30	jiu-jitsu 20:40～21:40	kudo 21:20～22:10	opengym ～22:00	opengym ～21:30	
22:00				opengym ～22:30			
22:30							

・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