2026/11月

※都合上、変更になる場合があります。SNSやホワイトボードでもご確認ください。

9

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
						1 九州アマチュアキックボクシング大会 KAKB 12:00~13:00 MUAYTHAIクラス
2 定休日	3 祝日定休日	4 20:00~21:00 美尻トレーニング	5 17:30~18:30 Kid's中級クラス 19:30~20:00 サーキットトレーニン	6 19:30~21:00 対人クラス	7 14:00~15:00 Kid's中級クラス 15:00~16:00 Kid's中級クラス	8 9:50~選手練習 12:00~13:00 MUAYTHAIクラス
9 定休日	10 17:30~18:30 Kid's初級中級クラス	11 20:00~21:00 KICKOUT	12 17:30~18:30 Kid's中級クラス 19:30~20:00 サーキットトレーニン	13 19:30~21:00 対人クラス	14 14:00~15:00 Kid's中級クラス 15:00~16:00 Kid's中級クラス	15 9:50~選手練習
16 定休日	17 17:30~18:30 Kid's初級中級クラス	18 20:00~21:00 美尻トレーニング	19 17:30~18:30 Kid's中級クラス 19:00~ 寺中特殊部隊トレーニング	20 19:30~21:00 対人クラス	21 14:00~15:00 Kid's中級クラス 15:00~16:00 Kid's中級クラス	22 9:50~選手練習
23/30 定休日	24 17:30~18:30 Kid's初級中級クラス	25 20:00~21:00 KICKOUT	26 17:30~18:30 Kid's中級クラス 19:30~20:00 サーキットトレーニン	27 19:30~21:00 対人クラス	28 14:00~15:00 Kid's中級クラス 15:00~16:00 Kid's中級クラス	29 9:50~選手練習