

2026/9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 17:30~18:30 Kid's初級中級クラス	2 20:00~21:00 美尻トレーニング	3 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グ	4 19:30~21:00 対人クラス	5 14:00~15:00 Kid's中級クラス 15:00~16:00 Kid's中級クラス	6 9:50~選手練習 12:00~13:00 MUAYTHAIクラス
7 定休日	8 17:30~18:30 Kid's初級中級クラス	9 20:00~21:00 KICKOUT	10 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グ	11 19:30~21:00 対人クラス	12 14:00~15:00 Kid's中級クラス 15:00~16:00 Kid's中級クラス	13 9:50~選手練習 12:00~13:00 MUAYTHAIクラス
14 定休日	15 17:30~18:30 Kid's初級中級クラス	16 18:30~ 寺中特殊部隊 トレーニング 20:00~21:00 美尻トレーニング	17 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グ	18 19:30~21:00 対人クラス	19 14:00~15:00 Kid's中級クラス 15:00~16:00 Kid's中級クラス	20 祝日定休日 9/20~9/21 熊本合宿
21 定休日	22 祝日定休日	23 祝日定休日	24 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グ	25 19:30~21:00 対人クラス	26 14:00~15:00 Kid's中級クラス 15:00~16:00 Kid's中級クラス	27 9:50~選手練習 12:00~13:00 MUAYTHAIクラス
28 定休日	29 17:30~18:30 Kid's初級中級クラス	30 メンテナンス定休日				

