

	月	火	水	木	金	土	日
10:00		ベーシッククラス (基礎クラス) 11:00~12:00		ベーシッククラス (基礎クラス) 11:00~12:00	休 館 日	ベーシック(基礎) 10:30~11:30	キッズクラス 9:00~10:00
11:00						オープンマット 11:30~12:15	スパーリングクラス 10:30~11:30
12:00						キッズクラス 12:15~13:15	
13:00			最初のクラス開始30分前から開館します 最終クラス終了30分後から閉館します。				
14:00							ベーシック(基礎) 11:45~12:45
15:00							
16:00							
17:00							
18:00				キッズクラス 18:00~19:00			テクニック&スパー 15:30~16:30
19:00	ベーシック(基礎) 19:00~19:45	テクニック&スパー 19:30~20:30	オープン マット 19:00~ ~20:15	ベーシック (基礎) 19:30~ ~20:15			
20:00							
21:00	レギュラー(一般) 20:00~21:00			レギュラー(一般) 20:00~21:00			
22:00	オープンマット 21:00~22:00	ベーシック(基礎) 21:00~22:00	レギュラー(一般) 20:30~21:30	アドバンスクラス 21:15~22:00			
22:30							