

ホライズン・キックボクシングジム 会員練習時間割

〈営業時間〉	月・火・水・木・金	12:00～22:00 (練習時間 21:30まで)
	土	10:00～22:00 (練習時間 21:30まで)
	日	10:00～18:00 (練習時間 18:00まで)

師範代	担当： 本田聖典 ・ 渡邊涼介 ・ 中川克也
-----	------------------------

	日	月	火	水	木	金	土
10:00		CLOSE					
11:00		CLOSE					
12:00	11:30～12:00 チャレンジクラス	CLOSE					
13:00	フリー開放 (12:00～13:00)						フリー開放 (12:00～13:00)
14:00	13:30～14:00 ミットサーキット						13:30～14:00 ミットサーキット
15:00	14:00～14:30 暗闇フィットネス						14:00～14:30 暗闇フィットネス
16:00	14:30～15:00 ミットサーキット						14:30～15:00 ミットサーキット
17:00							
18:00							
19:00	CLOSE	18:30～19:00 ミットサーキット		18:30～19:00 ミットサーキット		18:30～19:00 ミットサーキット	
20:00		19:00～19:20 暗闇フィットネス		19:00～19:20 暗闇フィットネス		19:00～19:20 暗闇フィットネス	
21:00		19:20～19:50 ミットサーキット		19:20～19:50 ミットサーキット		19:20～19:50 ミットサーキット	
22:00		19:50～20:10 暗闇フィットネス	20:00～20:30 チャレンジクラス	19:50～20:10 暗闇フィットネス	20:00～20:30 チャレンジクラス	19:50～20:10 暗闇フィットネス	20:00～21:00 エキスパートクラス
		20:10～20:40 ミットサーキット		20:10～20:40 ミットサーキット		20:10～20:40 ミットサーキット	

【備考】

- ・ 土曜・日曜日のフリー開放 (12:00～13:00) は師範・師範代による指導を行いません。
- ・ レッソンの定員制について

	… 定員なし 「暗闇フィットネス」
	… 10名定員 「ミットサーキット」
	… 定員なし 「チャレンジクラス」
	… 定員なし 「エキスパートクラス」
- ・ 指導員の変更等により、レッスン内容が変わる場合がございます。
- ・ お盆、年末年始以外は年中無休ですが、運営会社の都合により臨時休館となる場合がございます。