

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
休館日 CLOSE	パーソナルトレーニング 9:00～18:00 レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 9:00～19:00 レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 9:00～19:00 レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 9:00～18:00 レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 9:00～10:30 レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 9:00～10:00 レンタルスタジオ
					10:30 OPEN	10:00 OPEN
					パーソナルミット	MMA 総合格闘技 10:20～11:30
					女性限定 KICK BOXING ミットフィットネス 11:00～12:00	
					12:00 CLOSE	BJJ ブラジリアン柔術 11:50～13:30
	18:30 OPEN	20:00 OPEN	19:30 OPEN	18:30 OPEN	パーソナルトレーニング 12:30～22:00 レンタルスタジオ	13:30 CLOSE
	KICK BOXING ミットフィットネス 18:50～19:50	パーソナルミット	MMA 総合格闘技 20:00～21:20 (隔週)	CORE 体幹トレーニング 19:30～20:20 (隔週)		パーソナルトレーニング 14:00～22:00 レンタルスタジオ
	BJJ ブラジリアン柔術 20:20～21:50	MMA 総合格闘技 20:30～21:50	BJJ 柔術スパーリング 20:00～21:00 (隔週)	女性限定 BJJ ブラジリアン柔術 19:30～20:50 (隔週)		
	22:00 CLOSE	22:00 CLOSE	21:30 CLOSE	21:00 CLOSE		
	パーソナルトレーニング (予約制) 22:00～23:00	パーソナルトレーニング (予約制) 22:00～23:00	パーソナルトレーニング (予約制) 21:30～23:00	パーソナルトレーニング (予約制) 21:00～23:00		