

月曜	火曜		水曜		木曜	金曜		土曜		日曜
休館日 CLOSE	第1・第3	第2・第4	第1・第3	第2・第4	CLOSE	第1・第3	第2・第4	第1・第3	第2・第4	9:00 OPEN
	MMA選手クラス 13:30～15:00		MMA選手クラス 13:30～15:00		MMA選手クラス 13:30～15:00	CLOSE		10:30 OPEN		MMA 入門 総合格闘技 9:20～10:20
	CLOSE		18:30 OPEN		CLOSE		18:30 OPEN	GRAPPLING グラップリング 10:50～11:40	女性限定 BJJ 入門 ブラジリアン柔術 10:50～11:50	MMA 初級 総合格闘技 10:40～11:40
	19:00 OPEN		GRAPPLING グラップリング 18:50～19:40	STRIKING入門 キックボクシング 18:50～19:40	19:00 OPEN	19:00 OPEN	パーソナル ストレッチ			
	STRIKING入門 キックボクシング 19:20～20:10	MITT入門 キックボクシング 19:20～20:20			MMA 入門 総合格闘技 19:20～20:20	WRESTLING レスリング 19:30～20:20	女性限定 BJJ 入門 ブラジリアン柔術 19:30～20:30	MMA選手クラス 12:30～13:30	BJJ スパーリング	MMA スパーリング
			キックボクシング スパーリング	グラップリング スパーリング						
	BJJ 入門 ブラジリアン柔術 20:40～21:30	STRIKING入門 キックボクシング 20:40～21:30	MMA 初級 総合格闘技 20:20～21:20	MMA 初級 総合格闘技 20:20～21:20	BJJ 初級 ブラジリアン柔術 20:40～21:30	レスリング スパーリング	BJJ スパーリング	KIDS体操&キック 17:00～18:00	BJJ 入門 ブラジリアン柔術 12:30～13:20	
										BJJ 入門 ブラジリアン柔術 20:40～21:30
	BJJ スパーリング	キックボクシング スパーリング	MMA スパーリング	MMA スパーリング	BJJ スパーリング	MMA選手クラス 20:50～21:50	21:00 CLOSE	CLOSE	14:00 CLOSE	
	22:30 CLOSE	22:00 CLOSE	22:00 CLOSE		22:30 CLOSE	22:00 CLOSE				