

2021年 時短営業スケジュール OHARABROS.GYM

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
8:00							
9:00							
10:00		キックボクシング (初級)		映画 アクション			
11:00		10:30~11:30(60分) 小笠原		10:30~11:30(60分) 斎藤		キックボクシング (初級) 11:00~11:50(50分) 金子	
12:00						ブラジリアン柔術 (初級) 12:00~13:30(90分)	
13:00						高橋	
14:00						KIDS アクロバット体操クラス 14:00~15:00(60分) 金子	休 館 日
15:00	パーソナルトレーニング(随時)※要予約					映画アクション (初級&アクロバット) 15:30~17:00(90分) 金子	
16:00				KIDS 体操Bクラス 16:00~17:00 (60分)			
17:00		KIDSアクション 17:00~18:00 (60分)		KIDS 体操Aクラス 17:10~18:10 (60分)		バク転強化クラス①	
18:00	月・水・木曜日の夜の部は18時45分から入れます。金曜日は19時15分から入れます。火曜日は18時15分から入れます。					17時30分~(60分)	
		映画アクション (初級&殺陣)				※体験不可※完全予約制	
19:00	キックボクササイズ 19:00~19:50(50分) 三宅	※毎月第三&第五火曜日は殺陣/所作クラス 18:30~19:45(75分) 小原	adidas 柔術 (護身術/女性限定クラス) 19:00~20:00(60分) 中村	キックMIT 19:00~19:45(45分) 斎藤		キックボクシング (初級)	
20:00	キックボクシング (初級) 20:00~20:50(50分) 佐藤	キックボクシング (初級~中級) 20:00~21:30(90分) 工藤 'red' 玲央	adidas 柔術 (初級) 20:10~21:30(80分) 中村	映画アクション (ヒーローアクション) 20:00~21:00(60分) 斎藤	19:30~20:20(50分) 飯阪	キックボクシング (中級テクニック)	
21:00	ブラジリアン柔術 (初級) 21:00~22:00(60分) 高橋				20:30~21:30(60分) 佐藤		
22:00	月~金曜日は22時閉館/土曜日は18時閉館						
23:00							
0:00							