

# BRAVEGYM草加

	月	火	水	木	金	土	日	
10:00			休館日				フィットネス 10:00~11:00	
10:30								
11:00							キッズ レスリング 11:00~12:00	一般打撃 初心者クラス 11:00~12:00 スパーリング 12:00~13:00
11:30								
12:00								
12:30								
13:00								
13:30							組技 初心者クラス 13:00~14:00 スパーリング 14:00~15:00	
14:00								
14:30								
15:00								
15:30								
16:00	キックボクシング フィットネス 16:00~17:00	キックボクシング フィットネス 16:00~17:00			キックボクシング フィットネス 16:00~17:00	キックボクシング フィットネス 16:00~17:00		
16:30								
17:00								
17:30		体育塾 17:30~18:20				体育塾 17:30~18:20		
18:00	キッズレスリング 18:00~19:00				キッズレスリング 18:00~19:00			
18:30		キッズキック 18:30~19:30				キッズキック 18:30~19:30		
19:00								
19:30	組技 初心者クラス 19:30~20:00	初心者打撃クラス 19:30~20:00		組技 初心者クラス 19:30~20:00	初心者打撃クラス 19:30~20:00			
20:00	テクニク スパーリング	テクニク スパーリング クラス		テクニク スパーリング	テクニク スパーリング クラス			
20:30	20:00~21:00	20:00~21:00		20:00~21:00	20:00~21:00			
21:00	組技 上級・プロ スパーリング 21:00~22:00	打撃 上級・プロ スパーリング 21:00~22:00		組技 上級・プロ スパーリング 21:00~22:00	打撃 上級・プロ スパーリング 21:00~22:00			
21:30								
22:00								

※休館やスケジュールの変更はジム公式LINEにてお知らせいたします。会員の皆様はご登録ください。