

BRAVE GYM 世田谷

	月	火	水	木	金	土	日			
09:00	プライベートレッスン	プライベートレッスン	プライベートレッスン	プライベートレッスン	プライベートレッスン	プライベートレッスン	プライベートレッスン			
09:30										
10:00								フィットネス クラス 10:00-11:00	フィットネス クラス 10:00-11:00	
10:30										
11:00								一般 キックボクシング 混合クラス 11:00-12:30	一般 組技クラス 混合クラス 11:00-12:30	
11:30										
12:00										
12:30										
13:00								キッズキック 13:00-13:50	体育塾 13:00-13:50	
13:30										
14:00										
14:30										
15:00										
15:30										
16:00								フィットネス クラス 16:00-17:00	プライベートレッスン	プライベートレッスン
16:30										
17:00								フィットネス クラス 17:00-18:00	キッズ レスリング 17:00-18:00	キッズキック 17:00-17:50
17:30	キッズ レスリング 17:00-18:00	キッズ レスリング 17:00-18:00	キッズキック 17:00-17:50	キッズキック 17:00-17:50	キッズ レスリング 17:00-18:00					
18:00	一般 打撃初心者クラス 18:00-18:50	一般 打撃初心者クラス 18:00-18:50	一般 打撃初心者クラス 18:00-18:50	一般 打撃初心者クラス 18:00-18:50						
18:30										
19:00	一般 MMAクラス 初心者クラス 19:00-20:00	一般 組技クラス 初心者クラス 19:00-20:00	一般 MMAクラス 初心者クラス 19:00-20:00	一般 組技クラス 初心者クラス 19:00-20:00						
19:30										
20:00	フリーマット	フリーマット	フリーマット	close	close	close				
20:30	close	close	close	close	close	close				
21:00	一般 MMAスパーリング クラス 20:30-22:00	一般 組技スパーリング クラス 20:30-22:00	一般 MMAスパーリング クラス 20:30-22:00	一般 組技テクニック クラス 20:00-22:00						
21:30										

※祝祭日はクラスはございません。祝日練習の詳細は公式SNSをご覧ください。