

9月 真樹ジムオキナワ女子部 スケジュール

体験は、ベーシッククラスへご予約ください

2020年9月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	<p>お休み (旧盆)</p>	<p>お休み (旧盆)</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 11:00～12:00</p> <p>ベーシック 19:00～20:00</p> <p>個別指導 20:00～</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>個別指導 19:00～21:00</p> <p>空手&キック 20:00～21:30</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 13:00～14:00</p> <p>ステップアップ 14:15～15:15 (ミット)</p>	<p>休館</p>
7	8	9	10	11	12	13
<p>筋トレクラス 11:30～12:30</p> <p>空手 20:00～21:30</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 11:00～12:00</p> <p>ベーシック 19:00～20:00</p> <p>個別指導 20:00～</p>	<p>ベーシック 15:00～16:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 19:30～20:30</p> <p>ステップアップ 20:50～21:50</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 11:00～12:00</p> <p>ベーシック 19:00～20:00</p> <p>個別指導 20:00～</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>個別指導 19:00～21:00</p> <p>空手&キック 20:00～21:30</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 13:00～14:00</p> <p>ステップアップ 14:15～15:15 (ミット)</p>	<p>休館</p>
14	15	16	17	18	19	20
<p>筋トレクラス 11:30～12:30</p> <p>空手 20:00～21:30</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 11:00～12:00</p> <p>ベーシック 19:00～20:00</p> <p>個別指導 20:00～</p>	<p>ベーシック 15:00～16:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 19:30～20:30</p> <p>ステップアップ 20:50～21:50</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 11:00～12:00</p> <p>ベーシック 19:00～20:00</p> <p>個別指導 20:00～</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>個別指導 19:00～21:00</p> <p>空手&キック 20:00～21:30</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 13:00～14:00</p> <p>ステップアップ 14:15～15:15 (ミット)</p>	<p>休館</p>
21	22	23	24	25	26	27
<p>筋トレクラス 11:30～12:30</p> <p>空手 20:00～21:30</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 11:00～12:00</p> <p>ベーシック 19:00～20:00</p>	<p>ベーシック 15:00～16:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 19:30～20:30</p> <p>ステップアップ 20:50～21:50</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 11:00～12:00</p> <p>ベーシック 19:00～20:00</p> <p>個別指導 20:00～</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>個別指導 19:00～21:00</p> <p>空手&キック 20:00～21:30</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 13:00～14:00</p> <p>ステップアップ 14:15～15:15 (ミット)</p>	<p>休館</p>
28	29	30				
<p>筋トレクラス 11:30～12:30</p> <p>空手 20:00～21:30</p>	<p>スタミナアップ 9:00～10:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 11:00～12:00</p> <p>ベーシック 19:00～20:00</p> <p>個別指導 20:00～</p>	<p>ベーシック 15:00～16:00 (ミット)</p> <p>ベーシック 19:30～20:30</p> <p>ステップアップ 20:50～21:50</p>				

- ※ 火曜日と水曜日のが5週あるので1回づつお休みをいただきます。旧盆の1日(火)2日(水)がお休みです。
- ※ 21日(月)と22日(火)は祝日ですが、通常通りクラスあります。ただし、火曜日の20時～の個別練習はありません。