

スタジオ講座

曜日	時間	内容
火	20:00～21:00	ファンクショナル&HIIT
水	18:30～19:30	夜ヨガ
水	20:00～21:00	からて入門
水	21:00～22:00	キック&パンチ
金	18:30～20:00	空手&柔道（寝技） 教室
金	20:00～22:00	柔術（ねわざワールド）
土	21:00～22:00	空手（まちなか空手道場）
日	11:00～12:00	スツキリ朝ヨガ