

4月 GLOVESレッスンスケジュール

3Fスタジオレッスンは中高生（中高生ALL施設利用者除く）は参加できません。
 レッスン内容、トレーナー、場所の変更又は中止する事もあります。ご了承ください。

午前中

午後

夜

4月1日	水	3F	11:15-11:35 kエクササイズ			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボクシングレッスン	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月2日	木	3F				14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F	11:15-11:35 ボクシングレッスン	11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボディメイクコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月3日	金	3F	※通常トレーニング ミット対応あります			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習		19:00-19:20 Cardio Boxing	
		4F					17:10-18:00 キッズスクール		19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月4日	土	3F	11:10-11:40 ボディメイクコア			16:10-16:30 Cardio Boxing	18:00 CLOSE		
		4F		11:55-12:10 HIITボクシングレッスン					
4月5日	日	3F	11:10-11:40 kエクササイズ				17:00 CLOSE		
		4F		11:55-12:10 HIITボクシングレッスン	14:00-14:30 ボクシングレッスン		16:15-16:45 有料レッスン 実践マスボクシング		
4月6日	月	3F	11:15-11:35 ボクシングレッスン			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ビギナーズk ボクシング	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月8日	水	3F	11:15-11:35 ボディメイクコア			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボクシングレッスン	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月9日	木	3F				14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F	11:15-11:35 ボクシングレッスン	11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボディメイクコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月10日	金	3F	※通常トレーニング ミット対応あります			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習		19:00-19:20 Cardio Boxing	
		4F					17:10-18:00 キッズスクール		19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月11日	土	3F	11:10-11:40 ボディメイクコア			16:10-16:30 Cardio Boxing	18:00 CLOSE		
		4F		11:55-12:10 HIITボクシングレッスン					
4月12日	日	3F	11:10-11:40 ボクシングレッスン				17:00 CLOSE		
		4F		11:55-12:10 HIITボクシングレッスン	14:00-14:30 ボディメイクコア		16:15-16:45 有料レッスン 実践マスボクシング		
4月13日	月	3F	11:15-11:35 ビギナーズk ボクシング			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 美ボディコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月15日	水	3F	11:15-11:35 ボディメイクコア			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボクシングレッスン	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン

4月16日	木	3F				14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F	11:15-11:35 ボクシングレッスン	11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボディメイクコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月17日	金	3F	※通常トレーニング ミット対応あります			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習		19:00-19:20 Cardio Boxing	
		4F				17:10-18:00 キッズスクール		19:30-19:45 HIITボクシングレッスン	
4月18日	土	3F	11:10-11:40 kエクササイズ			16:10-16:30 Cardio Boxing	18:00 CLOSE		
		4F		11:55-12:10 HIITボクシングレッスン					
4月19日	日	3F	11:10-11:40 Cardio Boxing				17:00 CLOSE		
		4F		11:55-12:10 HIITボクシングレッスン	14:00-14:30 ボクシングレッスン		16:15-16:45 有料レッスン 実践マスボクシング		
4月20日	月	3F	11:15-11:35 ビギナーズk ボクシング			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボディメイクコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月22日	水	3F	11:15-11:35 美ボディコア			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボクシングレッスン	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月23日	木	3F				14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F	11:15-11:35 ボクシングレッスン	11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボディメイクコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月24日	金	3F	※通常トレーニング ミット対応あります			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習		19:00-19:20 Cardio Boxing	
		4F				17:10-18:00 キッズスクール		19:30-19:45 HIITボクシングレッスン	
4月25日	土	3F				16:10-16:30 Cardio Boxing	18:00 CLOSE		
		4F	11:10-11:40 ボクシングレッスン	11:55-12:10 HIITボクシングレッスン					
4月26日	日	3F	11:10-11:40 Cardio Boxing				17:00 CLOSE		
		4F		11:55-12:10 HIITボクシングレッスン	14:00-14:30 ボクシングレッスン		16:15-16:45 有料レッスン 実践マスボクシング		
4月27日	月	3F	11:15-11:35 ボディメイクコア			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 ボクシングレッスン	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
4月29日	水	3F				15:10-15:30 ボディメイクコア	17:00 CLOSE		
		4F	11:10-11:40 ボクシングレッスン	11:55-12:10 HIITボクシングレッスン					
4月30日	木	3F	11:15-11:35 kエクササイズ			14:00-17:00 フリートレーニング プロ練習			
		4F		11:50-12:05 HIITボクシングレッスン			17:10-18:00 キッズスクール	19:00-19:20 美ボディコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
お知らせ								レッスンの予約はこちら	