

6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

日	曜日	階	午前中	午後	夜		
6月1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
6月3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
6月4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
6月5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
6月6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			
6月7日	日	3F				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	14:00-14:30 Cardio Boxing	16:15-16:45 有料レッスン 実践マスボクシング	
6月8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
6月10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
6月11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
6月12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
6月13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			
6月14日	日	3F				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	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	
6月15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 美ボディコア 19:30-19:45 HIITボクシングレッスン

6月17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
6月18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
6月19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
6月20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					
6月21日	日	3F					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	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			
6月22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 ボディメイクコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
6月24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
6月25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 美ボディコア	19:30-19:45 HIITボクシングレッスン
6月26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
6月27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					
6月28日	日	3F					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	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			
6月29日	月	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 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