



CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

STUDIO SCHEDULE

ノース東京

2025年10月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
	7:00 OPEN	7:00 OPEN	7:00 OPEN	7:00 OPEN	7:00 OPEN	9:00 OPEN	9:00 OPEN	
7:00	有料スクールの行っていない時間帯はご利用可能です。 (スクールの30分前迄のご利用とさせていただきます) フロント脇の台帳にご利用時間・お名前のご記入をお願い致します。 準備運動や、ストレッチ等にご利用下さい。 尚、ジム備品の持ち出しはご遠慮ください。							7:00
8:00								8:00
9:00								9:00
							NEW 幼児スクール	
10:00	10月は下記の日程で、格闘技スタジオの貸切利用がございました。 1週目: 1日(水)・3日(金)⇒7:00~9:00 2日(木)⇒17:30-19:30 2週目: 7日(火)・8日(水)・10日(金)⇒7:00~9:00 9日(木)⇒17:30~19:30 3週目: 14日(火)・15日(水)・17日(金) 7:00~9:00 16(木)⇒17:30~19:30 4週目: 21日(火)・22日(水)・24日(金)⇒7:00-9:00 23日(木)⇒17:30~19:30 5週目: 28日(火)・29日(水)・31日(金)⇒7:00-9:00 30日(木)⇒17:30-19:30 別途、イベント使用で下記日程もご利用が出来ません。 誠に恐れ入りますがご理解、ご協力の程よろしくお願い致します。 10月5日(日): 13:30~17:00 10月13日(月・祝): 14:00~17:00 10月19日(日): 13:30~16:30 10月26日(日): 15:00~18:00						blima sports 9:30-10:30 「年少~年中コース」 10:30-11:30 「年長~小3コース」 11:30-12:30 「小4~」	10:00
								11:00
								12:00
							NEW 幼児スクール	
							有料スクール	13:00
							blima sports 13:30-14:30 「年少~年中コース」 14:30-15:30 「年長~小3コース」	14:00
							ストライプル 13:00-15:30 (自主練)	15:00
16:00							有料スクール	16:00
							ストライプル 16:00-17:30 (通常)	17:00
17:00								18:00
							有料スクール	18:00
18:00							エキサイティング ボクシング 18:15-19:25 鈴木 敏和	19:00
							テコンドー 18:00-20:00 (ITFテコンドー)	20:00
20:00								21:00
	有料スクール	有料レッスン NEW エキサイティング ボクシング+α 20:10-21:30 鈴木 敏和 参加費:1,650円(税込)	有料スクール	有料スクール	有料スクール		20:00 CLOSE	22:00
21:00	ストライプル 20:30-22:00 (通常柔術クラス)		ストライプル 20:00-21:15 (通常クラス) 21:30-22:30 (初心者クラス)	ストライプル 20:00-21:45 (武術研究クラス)	ストライプル 20:30-22:00 奇数:初心者 偶数:総合格闘技			23:00
22:00								
23:00	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE		

スケジュールは都合により変更する場合がございますのでご了承下さい。

※スタジオ参加につきまして
レッスン開始後10分以降のご入場、または器具を使用するレッスン(ヨガ、ステップ等)・15名を超えるレッスンは
安全性の面から開始後のご参加をご遠慮いただく場合があります。

初心者の方でも安心してご参加いただけます。

※毎月第2月曜日休館日

祝日のスケジュールに関しては掲示板をご確認下さい。

2025 年 10 月

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1 7:00-9:00 19:30-22:30	2 17:30-19:30 19:30-22:15	3 7:00-9:30 16:30-18:30 20:00-22:30	4 13:00-20:30
5 9:00-17:00 18:00-19:35	6 20:00-22:30	7 7:00-9:00 16:30-18:30 20:00-21:40	8 7:00-9:00 19:30-22:30	9 17:30-19:30 19:30-22:15	10 7:00-9:00 16:30-18:30 20:00-22:30	11 13:00-20:30
12 9:00-13:00 18:00-19:35	13 14:00-17:00 19:30-22:30	14 7:00-9:00 16:30-18:30 20:00-21:40	15 7:00-9:00 19:30-22:30	16 17:30-19:30 19:30-22:15	17 7:00-9:00 16:30-18:30 20:00-22:30	18 13:00-20:30
19 9:00-16:30 18:00-19:35	20 20:00-22:30	21 7:00-9:00 16:30-18:30 20:00-21:40	22 7:00-9:00 17:30-22:30	23 17:30-19:30 19:30-22:15	24 7:00-9:00 16:30-18:30 20:00-22:30	25 13:00-20:30
26 9:00-13:00 15:00-19:35	27 20:00-22:30	28 7:00-9:00 16:30-18:30 20:00-21:40	29 7:00-9:00 17:30-22:30	30 17:30-19:30 17:30-22:30	31 7:00-9:00 16:30-18:30 20:00-21:40	1
2	3	4	5	6	7	8

上記の時間帯は貸切の為ご利用頂けません。