

	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
10:00							NEW 幼児スクール	10:00
							blima sports	
							9:30-10:30 「年少～年中コース」	
11:00							10:30-11:30 「年長～小3コース」	11:00
							11:30-12:30 「小4～」	
12:00								12:00
13:00						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」		
14:00						14:30-15:30 「年長～小3コース」	ストライプ 13:00-15:30 (自主練)	14:00
15:00								15:00
16:00						有料スクール		16:00
17:00						ストライプ 16:00-17:30 (通常)		17:00
18:00		AACC 大塚キッズ 17:00～18:15			AACC 大塚キッズ 17:00～18:15			18:00
						有料スクール		
19:00						テコンドー 18:00-20:00 (1TFテコンドー)	エキサイティング ボクシング 18:15-19:25 鈴木 敏和	19:00
20:00	有料スクール	NEW 有料レッスン	有料スクール	有料スクール	有料スクール			20:00
21:00	ストライプ 20:30-22:00 (通常柔術クラス)	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:1,100円(税込)	ストライプ 20:00-21:15 (通常クラス) 21:30-22:30 (初心者クラス)	ストライプ 20:00-21:45 (武術研究クラス)	ストライプ 20:30-22:00 奇数:初心者 偶数:総合格闘技			21:00
22:00								22:00
23:00								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 8 月

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

上記の時間帯は貸切の為ご利用頂けません。