



CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

STUDIO SCHEDULE

ノース東京

2026年6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	<div style="background-color: #90EE90; padding: 5px;"> 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。 </div>							7:00		
8:00								8:00		
9:00								9:00		
10:00	<div style="background-color: #FFB6C1; padding: 10px;"> <p>6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。</p> <p>1週目: 2日(火)・5日(金)⇒7:00-9:00 3日(水)・4日(木)⇒17:30-19:30 2週目: 9日(火)・12日(金)⇒7:00-9:00 10日(水)・11日(木)⇒17:30-19:30 3週目: 15日(月)⇒17:30-19:30 4週目: 22日(月)・24日(水)・25日(木)⇒17:30-19:30 23日(火)・26日(金)⇒7:00-9:00 5週目: 29日(月)⇒17:30-19:30 30日(火)⇒7:00-9:00</p> <p>その他下記日程で、イベント開催のため貸切とさせていただきます</p> <p>6月28日(日) 15:00~18:00</p> </div>							<div style="background-color: #FFFF00; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">NEW</p> <p style="text-align: center;">幼児スクール</p> <p style="text-align: center;">bilma sports</p> <p style="text-align: center;">9:30-10:30 「年少~年中コース」</p> <p style="text-align: center;">10:30-11:30 「年長~小3コース」</p> <p style="text-align: center;">11:30-12:30 「小4~」</p> </div>	10:00	
11:00								11:00		
12:00								12:00		
13:00								<div style="background-color: #FFD700; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">NEW</p> <p style="text-align: center;">幼児スクール</p> <p style="text-align: center;">bilma sports</p> <p style="text-align: center;">13:30-14:30 「年少~年中コース」</p> <p style="text-align: center;">14:30-15:30 「年長~小3コース」</p> </div>	<div style="background-color: #D3D3D3; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">有料スクール</p> <p style="text-align: center;">ストライプル 13:00-15:30 (自主練)</p> </div>	13:00
14:00								14:00		
15:00	15:00									
16:00	<div style="background-color: #D3D3D3; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">有料スクール</p> <p style="text-align: center;">ストライプル 16:00-17:30 (通常)</p> </div>	16:00								
17:00	17:00									
18:00	<div style="background-color: #D3D3D3; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">有料スクール</p> <p style="text-align: center;">テコンドー 18:00-20:00 (ITFテコンドー)</p> </div>	<div style="background-color: #00B0F0; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">エキサイティング ボクシング 18:15-19:25 鈴木 敏和</p> </div>	18:00							
19:00	19:00									
20:00	<div style="background-color: #D3D3D3; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">有料スクール</p> <p style="text-align: center;">ストライプル 20:30-22:00 (通常柔術クラス)</p> </div>	<div style="background-color: #00B0F0; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">NEW</p> <p style="text-align: center;">有料レッスン</p> <p style="text-align: center;">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)</p> </div>	<div style="background-color: #D3D3D3; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">有料スクール</p> <p style="text-align: center;">ストライプル 20:00-21:15 (通常クラス)</p> <p style="text-align: center;">21:30-22:30 (初心者クラス)</p> </div>	<div style="background-color: #D3D3D3; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">有料スクール</p> <p style="text-align: center;">ストライプル 20:00-21:45 (武術研究クラス)</p> </div>	<div style="background-color: #D3D3D3; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">有料スクール</p> <p style="text-align: center;">ストライプル 20:30-22:00 奇数:初心者 偶数:総合格闘技</p> </div>	20:00				
21:00	21:00									
22:00	22:00									
23:00	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00		

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ください。

2026 年 6 月

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

上記の時間帯は貸切の為ご利用頂けません。