



CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

# STUDIO SCHEDULE

ノース東京

2026年3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	<p>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。</p>							7:00					
8:00													8:00
9:00													9:00
10:00	<p>3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>2週目: 10日(火)・12日(木)・13日(金)⇒10:00-12:00 11日(水)⇒14:00-16:00            3週目: 16日(月)・17日(火)・19日(木)⇒10:00-12:00 18日(水)⇒14:00-16:00            4週目: 23日(月)・24日(火)・26日(木)・27日(金)⇒10:00-12:00 25日(水)⇒14:00-16:00</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>3月20日(日): 13:30~17:30            3月29日(日): 15:00~18:00</p>						NEW 幼児スクール	10:00					
11:00							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~」	11:00					
12:00								12:00					
13:00								NEW 幼児スクール	13:00				
14:00						blima sports 13:30-14:30 「年少~年中コース」 14:30-15:30 「年長~小3コース」	有料スクール ストライプル 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						ストライプル 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					
19:00						有料スクール テコンドー 18:00-20:00 (ITF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	有料レッスン NEW	有料スクール	有料スクール	有料スクール			20:00					
21:00	ストライプル 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:1,650円(税込)	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		20:00 CLOSE	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 3月

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