

K-1 GYM福岡タイムスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	祝	
10:00	ミット トレーニング 10:00～ 11:00	ミット トレーニング 10:00～ 14:00	ミット トレーニング 10:00～ 11:00	ミット トレーニング 10:00～ 14:00	ミット トレーニング 10:00～ 11:00	ミット トレーニング 10:00～ 11:00	FREE	FREE	
11:00	ベーシック 11:00～ 12:00		ベーシック 11:00～ 12:00		ベーシック 11:00～ 12:00	キッズ・ジュ ニア 11:00～ 12:00		ベーシック	ベーシック
12:00	マスパバー 12:00～ 13:00		マスパバー 12:00～ 13:00		マスパバー 12:00～ 13:00	マスパバー 12:00～ 13:00	ミット トレーニング 12:00～ 13:00	マスパバー 12:00～ 13:00	マスパバー 12:00～ 13:00
13:00	ミット トレーニング 13:00～ 14:00		ミット トレーニング 13:00～ 14:00		ミット トレーニング 13:00～ 14:00	ミット トレーニング 13:00～ 14:00	ベーシック	ベーシック	FREE
14:00	プロクラス 14:00～17:00 (見学・お問い合わせ不可)					マスパバー 14:00～ 15:00	FREE	プロクラス 14:00～ 17:00 (見学・お問い 合わせ不可)	
15:00						プロクラス 15:00～ 17:00 (見学・お問			体験会 17:00 ～ 17:45
16:00									
17:00	ミット トレーニング 17:00～ 18:30	キッズ・ジュ ニア 17:30～ 18:30	ミット トレーニング 17:00～ 19:00	キッズ・ジュ ニア 17:30～ 18:30	ミット トレーニング 17:00～ 18:30	CLOSE			
18:00	サーキット 18:30～19:00	ヒキナー 18:30～19:00	サーキット 18:30～19:00	ヒキナー 18:30～19:00					
19:00	ベーシック 19:00～ 20:00	ベーシック 19:00～ 20:00	レディース 19:00～ 20:00	脂肪燃焼 19:00～ 20:00	ベーシック 19:00～ 20:00				
20:00	マスパバー 20:00～ 21:00	ミット トレーニング 20:00～ 21:00	マスパバー 20:00～ 21:00	ミット トレーニング	ミット トレーニング 20:00～ 21:00				
21:00	ミット トレーニング 21:00～ 21:45	マスパバー 21:00～ 21:45	ベーシック 21:00～ 21:45		スパーリング 21:00 ～21:45 (許可制)				
22:00	CLOSE								