

# K-1ジム大宮・クラススケジュール

	月	火	水	木	金	土	日				
12:00		K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング					
12:30											
13:00											
13:30											
14:00		K-1プロ クラス	K-1プロ クラス	K-1プロ クラス	K-1プロ クラス	K-1プロ クラス	K-1 トレーニング				
14:30											
15:00											
15:30											
16:00		K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング				
16:30											
17:00											
17:30	キッズ		キッズ		キッズ	キッズ上級					
18:00	K-1空手	K-1	K-1空手	K-1	K-1空手	K-1空手					
18:30	キッズ上級	K-1 トレーニング	キッズ上級	K-1 トレーニング	キッズ K-1空手	K-1 トレーニング					
19:00	K-1空手		K-1空手								
19:30	一般		K-1 トレーニング				K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	K-1 トレーニング	
20:00	K-1空手										
20:30	K-1										
21:00	トレーニング										
21:30											

・プロクラスの一般会員様のトレーニング・見学は不可になります。

・空手各クラス中、空きスペースでの一般会員様の自主トレーニングは可能ですが、トレーナーによるミット打ちは出来ません。

・全クラス、途中参加・途中退室OKです。