

# 格闘技スタジオBLOOM TIME TABLE

|       | 月                                            | 火                                  | 水                                         | 木                                  | 金                                         | 土                                       | 日                               |
|-------|----------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------|
| 11:00 |                                              | 11:00～12:00<br>キックボクシング<br>基礎      |                                           | 11:00～12:00<br>キックボクシング<br>基礎      |                                           |                                         | 11:00～12:30<br>キックボクシング<br>日曜午前 |
| 12:00 |                                              |                                    |                                           |                                    |                                           |                                         |                                 |
| 12:30 | <div> 入会したら全クラス通い放題！！<br/> （一般コースの場合） </div> |                                    |                                           |                                    |                                           |                                         |                                 |
| 19:00 | 19:00～20:00<br>キックボクシング<br>初心者               | 19:00～20:00<br>女子ダイエット<br>キックボクシング | 19:00～20:30<br>キックボクシング<br>基礎・一般          | 19:00～20:00<br>女子ダイエット<br>キックボクシング | 19:00～20:30<br>キックボクシング<br>基礎・一般          | 19:00～20:30<br>キックボクシング                 |                                 |
| 20:00 | 20:00～21:30<br>キックボクシング<br>基礎・一般             | 20:00～21:30<br>キックボクシング<br>基礎・一般   |                                           | 20:00～21:30<br>キックボクシング<br>基礎・一般   |                                           |                                         | 20:00～21:30<br>キックボクシング<br>日曜夜  |
| 20:30 |                                              |                                    | 20:30～21:30<br>総合格闘技<br>/寝技基礎<br>/レスリング基礎 |                                    | 20:30～21:30<br>総合格闘技<br>/寝技基礎<br>/レスリング基礎 | 20:30～21:30<br>総合格闘技<br>/組技<br>(スパーリング) |                                 |
| 21:30 | 自由練習<br>(キック・総合共通)                           | 自由練習<br>(キック・総合共通)                 | 自由練習<br>(キック・総合共通)                        | 自由練習<br>(キック・総合共通)                 | 自由練習<br>(キック・総合共通)                        | 自由練習<br>(キック・総合共通)                      |                                 |
| 22:30 | 閉館                                           |                                    |                                           |                                    |                                           |                                         |                                 |