

UNITEDGYM CHIBA CLASS SCHEDULE スケジュール

毎週火曜日・祝日 休館日

	MON	TUE	WED	THE	FRI	SAT	SUN	
13:00		休館日				10:00 - 10:50 ブラジリアン柔術 ベーシック (大輪)	10:00 - 10:50 キックボクシング ベーシック (高須,東,仲山)	
14:00						11:00 - 11:50 ブラジリアン柔術 テクニック&スパー (大輪)	11:00 - 11:50 キックボクシング テクニック (高須,東,仲山)	
15:00						12:00 - 12:50 ファンクショナル TR (阿波崎)	12:00 - 13:20 ブラジリアン柔術 テクニック & スパーリング (日置)	
16:00					16:30 - 17:20 ブラジリアン柔術 プライベート要予約		13:00 - 13:50 ヨガ (阿波崎)	13:30 - 14:20 ブラジリアン柔術 プライベート要予約
17:00	17:00 - 17:50 ジュニア柔道 (東)			17:00 - 17:50 ジュニア柔術 (田中)	17:30 - 18:20 ブラジリアン柔術 ベーシック (洪澤)	17:00 - 17:50 ジュニア柔道 (東)	14:00 - 16:00 ジュニア柔道 (東) ※第2土曜日	SAT 14:00-14:50(東) キックボクシング テクニック ※ジュニア柔道開催日を除く
18:00	18:00 - 18:50 ブラジリアン柔術 プライベート要予約			18:00 - 18:50 ブラジリアン柔術 プライベート要予約	18:30 - 19:50 ブラジリアン柔術 テクニック & スパーリング (洪澤)	18:00 - 18:50 オープンマット 各種		
19:00	19:00 - 19:50 ブラジリアン柔術 ベーシック (田中)			19:00 - 19:50 ブラジリアン柔術 ベーシック (田中)	20:00 - 20:50 キックボクシング テクニック (仲山)	19:00 - 20:20 キックボクシング テクニック & スパーリング (宮澤)	16:00 - 16:50 ブラジリアン柔術 プライベート要予約	
20:00	20:00 - 21:30 ブラジリアン柔術 テクニック & スパーリング (田中)			20:00 - 21:30 ブラジリアン柔術 テクニック & スパーリング (田中)	21:00 - 21:50 総合格闘技 MMA (仲山)	20:30 - 21:50 総合格闘技 MMA テクニック & スパーリング(宮澤)	17:00 - 17:50 ジュニア柔術 (田中)	SAT 18:00-18:50(田中) グラップリング ※毎月最終土曜日に開催
21:00	オープンマット- 21:50			オープンマット- 21:50			18:00 - 18:50 グラップリング (田中) ※最終土曜日	

202501改

柔術プライベートレッスンは1週間前までの事前予約が必要です。ジム又は担当インストラクターにお問い合わせください。