

UNITEDGYM CHIBA CLASS SCHEDULE スケジュール

毎週水曜日・祝日 休館日

	MON	TUE	WED	THE	FRI	SAT	SUN
16:00			休館日	16:30 - 17:20 (洗濯) ブラジリアン柔術 プライベート要予約		10:00 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)
17:00	17:00 - 17:50 ジュニア柔道 (東)	17:00 - 17:50 (大輪) ブラジリアン柔術 プライベート要予約		17:30 - 18:20 ブラジリアン柔術 ベーシック (洗濯)	17:00 - 17:50 ジュニア柔道 (東)	11:00 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)
18:00	オープンマット各種 18:30 - 19:20 ブラジリアン柔術 テクニック (田中)	18:00 - 18:50 ボクシング 映像クラス		18:30 - 19:50 ブラジリアン柔術 テクニック& スパーリング (洗濯)	18:00 - 18:50 キックボクシング ベーシック (宮澤)	12:00 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 (鹿志村)
19:00	19:30 - 20:20 ブラジリアン柔術 限定&通常スパー (田中)	19:00 - 19:50 ブラジリアン柔術 ベーシック (大輪)		20:00 - 20:50 キックボクシング テクニック (仲山)	19:00 - 19:50 キックボクシング テクニック (宮澤)	13:00 13:00 - 13:50 ヨガ (阿波崎)	
20:00	20:30 - 21:20 グラップリング テクニック (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 (大輪)		21:00 - 21:50 総合格闘技 MMA (仲山)	20:00 - 20:50 総合格闘技 MMA(宮澤)	14:00 14:00 - 16:00 キックボクシング ジュニア 柔道 (東) ※第2 土曜日	SAT 14:00-14:50(鹿志村) 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
21:00	21:20 - 21:50 フリースパーリング (田中)				21:00 - 21:50 オープンマット 各種	15:00 15:00 - 15:50 柔術 プライベート	SAT 15:00-15:50 ブラジリアン柔術 プライベート要予約 ※ジュニア柔道開催日 を除く

202310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がです。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。
料金：50分 【大輪】8,000円/1回、30,000円/4回【田中7,500円/1回、28,000円/4回】【洗濯7,500円/1回、28,000円/4回】