

# 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 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)			17:30 - 18:20 ブラジリアン柔術 ベーシック (渋澤)	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 テクニク&スパー (大輪)	11:00 - 11:50 キックボクシング テクニク (高須東 仲山)
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 オープンマット 各種		18:30 - 19:50 ブラジリアン柔術 テクニク& スパーリング (渋澤)	18:00 - 18:50 オープンマット 各種	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 テクニク & スパーリング (田中、内山)
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 (高野内)		20:00 - 20:50 キックボクシング テクニク (仲山)	19:00 - 20:20 キックボクシング テクニク & スパーリング (宮澤)	13:00	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
20:00	20:00 - 21:30 ブラジリアン柔術 テクニク & スパーリング (田中)	20:00 - 21:30 ブラジリアン柔術 テクニク & スパーリング (高野内)		21:00 - 21:50 総合格闘技 MMA (仲山)	20:30 - 21:50 総合格闘技 MMA テクニク & スパーリング (宮澤)	14:00	14:00 - 16:00 キックボクシング ジュニア 柔道 (東)	
21:00	オープンマット- 21:50	オープンマット- 21:50				15:00	第2 土曜日 プライベート 要予約	

202404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。