月曜	火曜		水曜		木曜		金曜		土曜		日曜	
	第１・３	第2・4	第１・３	第2・4	第１・３	第2・4	第１・３	第2・4	第１・３	第2・4	第１・３	第2・4
休館日 CLOSE	パーソナルトレーニング 10:00～18:00		パーソナルトレーニング 10:00～11:00		パーソナルトレーニング 10:00～11:00		パーソナルトレーニング 10:00～16:00		パーソナルトレーニング 9:30～10:30		9:30 OPEN	
											パーソナルストレッチ	
			11:30 OPEN		11:30 OPEN				10:30 OPEN		MITT&FITNESS 中級クラス 10:00～10:40	MITT&FITNESS 中級クラス 10:00～10:40
			パーソナルミット		パーソナルミット				TRX 入門クラス 10:50～11:30	YOGA 入門クラス 11:00～12:00		
			MITT&FITNESS 中級クラス 12:00～12:40	MITT&BAG 初級クラス 12:00～12:50	BODY MAKE 初級クラス 12:00～12:50	MITT&FITNESS 初級クラス 12:00～12:40			MITT&BAG 初級クラス 11:50～12:40	MITT&BAG 初級クラス 12:20～13:10	MITT&BAG 入門クラス 11:00～11:50	MITT&BAG 入門クラス 11:00～11:50
			13:00 CLOSE		13:00 CLOSE						KICK OUT 初級クラス 12:10～12:50	KICK OUT 初級クラス 12:10～12:50
			パーソナルトレーニング 13:00～18:00		パーソナルトレーニング 13:00～18:00		KIDS 空手 17:00～18:00		STRETCH 入門クラス 13:30～14:10	FAT BURN 初級クラス 13:30～14:10		
											パーソナルストレッチ	
	18:30 OPEN		18:30 OPEN		18:30 OPEN		18:30 OPEN		14:30 CLOSE		13:00 CLOSE	
	MITT&BAG 初級クラス 18:50～19:40	MITT&BAG 初級クラス 18:50～19:40	MITT&BAG 中級クラス 18:50～19:40	MITT&BAG 中級クラス 18:50～19:40	MITT&FITNESS 入門クラス 18:50～19:30	MITT&FITNESS 入門クラス 18:50～19:30	MITT&FITNESS 中級クラス 18:50～19:30	MITT&FITNESS 中級クラス 18:50～19:30	無料体験会 15:30～16:00		40分整体パーソナル	
	TRX 初級クラス 20:00～20:40	MITT&FITNESS 中級クラス 20:00～20:40	MITT&BAG 入門クラス 20:00～20:50	MITT&BAG 初級クラス 20:00～20:50	KICK OUT 初中級クラス 19:50～20:40	KICK OUT 初中級クラス 19:50～20:40	MITT&BAG 初級クラス 19:50～20:40	MITT&FITNESS 初級クラス 19:50～20:30	KIDS初級 体操&キックボクシング 17:00～18:00		無料体験会 16:00～16:30	
	MITT&FITNESS 中級クラス 21:00～21:40	TRX 初級クラス 21:00～21:40	21:00 CLOSE		KICK OUT 初級クラス 21:00～21:40	KICK OUT 初級クラス 21:00～21:40	21:00 CLOSE	MITT&BAG 中級クラス 20:50～21:40			無料体験会 17:30～18:00	
	22:00 CLOSE		無料体験会 21:00～21:40		22:00 CLOSE		無料体験会 21:00～21:40	22:00 CLOSE	パーソナルトレーニング 19:00～23:00		パーソナルトレーニング 18:00～23:00	
	パーソナルトレーニング 22:00～23:00		パーソナルトレーニング 22:00～23:00		パーソナルトレーニング 22:00～23:00		パーソナルトレーニング 22:00～23:00					