

クロスポイント大泉 2024年2月～タイムスケジュール

※講師は都合により変更する場合があります

	月	火	水	木	金	土	日						
						9:45 OPEN	9:45 OPEN						
10	休館 (祝日の場合も休館)	プロ練	プロ練	プロ練	プロ練	10:00～ 燃焼 【羽黒】	10:00～ ベーシック 体験可 【会長or島田】	10					
11						11:15～ ベーシック 体験可 【会長or羽黒】	フリー	11					
12						フリー		12					
13										13:30～ キッズ① 体験可 【会長】	13:00～ ベーシック 体験可 【会長or島田】	13	
14						14:00 OPEN	14:00 OPEN	14:00 OPEN	14:00 OPEN	14:15～ ベーシック 体験可 【乙津or柿崎】	14:00～ 体幹 【仲吉】	14	
15						フリー	フリー	フリー	フリー	14:30～ キッズ② 体験可 【会長】	フリー	15	
16						16:30～	16:30～ キッズ 体験可 【会長】	16:30～ キッズ 体験可 【会長】	フリー	フリー		16	
17						※空手維新	17:00～ ジュニア選手	フリー	17:30～ 選手練	17:00～ ジュニア選手	17:30～ 選手練	17:00 CLOSE	17
18						フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	18	
19						休館 (祝日の場合も休館)	19:30～ ベーシック 体験可 【乙津or柿崎】	19:30～ ベーシック 体験可 【乙津or柿崎】	19:30～ レディース 体験可 【仲吉】	19:30～ ベーシック 体験可 【乙津or柿崎】	19:30 CLOSE	19	
20	20:45～ 燃焼 【会長】	フリー	20:45～ 燃焼 【会長】	フリー	フリー		20						
21		21:15～ フィジカル					21						
22	22:00 CLOSE	22:00 CLOSE	22:00 CLOSE	22:00 CLOSE	22:00 CLOSE		22						

【土曜】キッズ① 4才～小学3年生 / キッズ② 小学4年生～小学6年生、選手希望の小学生

※月曜16:30～19:00 は、空手維新様へお貸しているのので、会員様はご利用出来ません。

* 祝日は、日曜日のタイムスケジュール(体幹を除く)にて営業いたします。