

クロスポイント大泉 2023年3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 【菅原】	10				
11						11:15～ ベーシック 体験可 【外(ホカ)】	フリー	11				
12						フリー		12				
13						13:00 OPEN 13:15～ ベーシック 体験可 【菅原】	13:00 OPEN 13:15～ ベーシック 体験可 【外(ホカ)】	13:30～ キッズ① 体験可 【外(ホカ)】	13:00～ ベーシック 体験可 【菅原】	13		
14						14:00 OPEN 14:15～ ベーシック 体験可 【外(ホカ)】	14:00 OPEN 14:15～ ベーシック 体験可 【外(ホカ)】	14:30～ キッズ② 体験可 【外(ホカ)】	14:00～ 体幹 【仲吉】	14		
15						フリー	フリー	フリー	フリー	15		
16						フリー	フリー	フリー	フリー	16		
17						16:30～ ※空手維新 17:00～ ジュニア選手	16:30～ キッズ 体験可 【外(ホカ)】	16:30～ キッズ 体験可 【外(ホカ)】	17:00～ ジュニア選手	17:30～ 選手練	17:00 CLOSE	17
18						フリー	フリー	選手練	フリー	選手練	18	
19						19:30～ ベーシック 体験可 【外(ホカ)】	19:30～ ベーシック 体験可 【外(ホカ)】	19:30～ レディース 体験可 【仲吉】	19:30～ ベーシック 体験可 【外(ホカ)】	19:30 CLOSE	19	
20	休館 (祝日の場合も休館)	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	20				
21								20:45～ 燃焼 【外】	20:45～ 燃焼 【外】	21		
22								22:00 CLOSE	22:00 CLOSE	22:00 CLOSE	22:00 CLOSE	22

【土曜】キッズ① 4才～小学2年生 / キッズ② 小学3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もので、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。