

パラエストラ吉祥寺 クラススケジュール (2023.3～)

時	月	火	水	木	金	土	日	時
		CLOSE			CLOSE	柔術スパーリング 9:00～11:00	CLOSE	
12						OPEN		12
13		柔術 入門&スパーリング 12:30～14:00 ※無料体験可			柔術 入門&スパーリング 12:30～14:00 ※無料体験可	柔術 入門&スパーリング 12:30～14:30 ※無料体験可	柔術 入門&スパーリング 12:30～15:00 ※無料体験可	13
14								14
15	CLOSE		CLOSE	CLOSE				15
16		CLOSE			CLOSE			16
17								17
18						CLOSE	CLOSE	18
19		柔術 入門 19:00～19:45 ※無料体験可	柔術 入門 19:00～19:45 ※無料体験可	柔術 入門 19:00～19:45 ※無料体験可				19
20	グラップリング 19:30～21:00 ※無料体験可	柔術 スパーリング 19:45～21:45	柔術 スパーリング 19:45～21:45	柔術 スパーリング 19:45～21:45	柔術 入門&スパーリング 19:30～21:30			20
21								21

※入退会などの事務受付は午後1時(月曜日は午後6時)から閉館1時間前まで、クロスポイント吉祥寺1Fにて承ります。