



SLVR BACK GYM

KICKBOXING&FITNESS&PERSONAL

スケジュール (2021.10~)

時	月		火		水		木		金		土		日・祝日		
	1F	2F	1F	2F	1F	2F	1F	2F	1F	2F	1F	2F	1F	2F	
9	フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		
10	フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		
11	ビギナークラス <small>(体)</small>		ビギナークラス <small>(体)</small>		フリークラス		ビギナークラス <small>(体)</small>		ビギナークラス <small>(体)</small>		キッズクラス <small>(体)</small>		ビギナークラス <small>(体)</small>		
12	フリークラス		フリークラス		フリークラス		フリークラス		フリークラス		フリータイム		フリークラス		
13	フリークラス		フリークラス		ビギナークラス <small>(体)</small>		フリークラス		フリークラス		ビギナークラス <small>(体)</small>		フリークラス		
14		パーソナルトレーニング		パーソナルトレーニング		パーソナルトレーニング		パーソナルトレーニング		パーソナルトレーニング		パーソナルトレーニング	超ビギナークラス	パーソナルトレーニング	
15	プロ練(見学不可)		フリータイム		プロ練(見学不可)		フリータイム		プロ練(見学不可)		フリータイム		プロ練(見学不可)		フリータイム
16											レディースクラス <small>(体)</small>				
17	フリータイム		フリータイム		キッズクラス <small>(体)</small>		フリータイム		フリータイム		筋トレシェイプ30				
18	ビギナークラス <small>(体)</small>		ビギナークラス <small>(体)</small>		フリークラス		ビギナークラス <small>(体)</small>		ビギナークラス <small>(体)</small>		フリータイム				
19	フリークラス		テクニッククラス		30 レディースクラス <small>(体)</small>		テクニッククラス		テクニッククラス						
20	ビギナークラス <small>(体)</small>		フリークラス		30 ビギナークラス <small>(体)</small>		フリークラス		フリークラス						
21	フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム						
22	フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム						
23	フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム		フリータイム						

翌9時迄