

★中野トイカツ道場 1月時間割★

格闘技の食べ放題!朝活!朝格!朝7時から夜23時まで年中無休!まるまる0円キャンペーン!入会金無料!月謝まるまる2ヶ月間無料!

【営業時間】月~金曜 7:00~23:00 土曜 9:00~22:00 日曜 9:00~23:00(年中無休) 【クラス難易度】 ★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

	月曜		火曜		水曜		木曜		金曜		土曜		日曜		
7	7:10 モーニングフィジカル 津崎善郎★ 8:00 超初心者キックボクシング		7:10 モーニングフィジカル 石戸谷隆幸★ 8:00 超初心者キックボクシング		7:10 モーニングフィジカル 津崎善郎★ 8:00 超初心者キックボクシング		7:10 モーニングフィジカル 津崎善郎★ 8:00 超初心者キックボクシング		7:10 モーニングフィジカル 津崎善郎★ 8:00 初心者キックボクシング		※スパーリングに参加する場合 は必ずマウスピースと膝当てを 着用してください。 9:00 open		※7:00~8:00は サンドバッグが使用できません。 9:00 open		7
8															8
°	津崎善郎★(無料体験)		石戸谷隆幸★(無料体験)		津崎善郎★(無料体験)		津崎善郎★(無料体験)		津崎善郎★(無料体験)						•
9	9:00 初心者キックボクシング		9:00 超初心者キックボクシング		9:00 超初心者キックボクシング		9:00 超初心者キックボクシング		9:00 初心者キックボクシング		9:10 超初心者キックボクシング		9:10 キッズレスリング		9
	津崎善郎★(無料体験)		石戸谷隆幸★(無料体験)		津崎善郎★(無料体験)		津崎善郎★(無料体験)		津崎善郎★(無料体験)		児玉勇也★		青山久志★(1回500円)		
10	津崎善郎★ (体験) 齊藤曜★ (体験)		10:00 ダイエットキック 石戸谷隆幸★(無料体験)		10:00 ダイエットキック 津崎善郎★(無料体験)		10:00 ダイエットキック 津崎善郎★(無料体験)		10:00 超初心者キックボクシング 津崎善郎★(無料体験)		10:00 グループキック 児玉勇也★		10:00 キッズレスリング 八木健太★		10
11	ダイエットキック 津崎善郎★	寝技スパー 齊藤曜★★	11:00 中級フィジカル 石戸谷隆幸★		11:00 ダイエットキック 津崎善郎★(無料体験)		11:00 ダイエットキック 津崎善郎★(無料体験)		11:00 超初心者キックボクシング 津崎善郎★(無料体験)		11:00 初心者総合				11
	(体験)										ダイエット	児玉勇也★	11:30 入れ替え		
12	超初心者 ムエタイ	初心者キック 齊藤曜★(体験)	12:00 超初心者ムエタイ		Ľ−★		12:00 超初心者ムエタイ ビー★ 13:00 超初心者ムエタイ		12:00 超初心者ムエタイ		ムエタイ ビー★	ダイエットキック 児玉勇也★	12:00 超初心者ボクシング		12
10		The 2 to 10 00 to 17 to 2							担如心老	ー <u>★</u> 初心者キック		九五男四人	沼田京也★ 初心者 キックボクシング		13
13	超初心石 初川 ムエタイ キュー・コード オート・コート オー	いる ツク 善郎★ 総合クラス 齊藤★★★		ひ者ムエタイ 一★	担切心有 ムエタイ ビー★	津崎善郎★ (体験)		ルイムエダイ -★	ムエタイ	津崎善郎★ (体験)	13:00		がいる ボクシング 沼田京也★	キックホクンンク 無料体験者限定 齊藤曜★	13
14	14:00	初心者キック	14:00 ダイエ		- /		14:00 ダイエ		14:00 超初/	心者ムエタイ	ダイエット ムエタイ	初心者総合	/ カロホ 也★ ダイエット	寝技初心者	14
' '		津崎善郎★		Ľ − ★		初心者キック 津崎善郎★ 初級フィジカル 中桐涼輔★		ビ −★		ビー★		児玉勇也★	ボクシング 豊崎翔★	齊藤曜★	<u> </u> ''
15	ムエタイ	メイエット ムエタイ 初心者キック		15:00 ダイエットムエタイ		初心者キック レディース寝技		15:00 ダイエットムエタイ		15:00 ダイエットムエタイ		ダイエット ダイエットキック	15:00 ダイエ	ットボクシング	15
	ビー★	津崎善郎★ (体験)	* ビ ー ★		津崎善郎★ (体験)		ビー★		Ľ −★		ダイエット ムエタイ ビー★ 児玉勇也★		豊崎翔★		
16	超初心者キック 齊藤曜★	緊藤曜★ レスリング		16:00 レディース寝技 中桐涼輔★(無料体験)		16:00 ダイエットムエタイ ビー★		ダイエット ムエタイ ビー★ 「ラップリング 手塚良治★		16:00 TRXトレーニング 長嶺誠★		短切心有イング ミット	ボクシング	16	
	(体験) 青山久志★		ビー★									齊藤曜★ 豊崎翔★			
17	初心者キック 齊藤曜★	キッズ レスリング		者キックボクシング	初心者キック 嵐士★	初級 キッズレスリング	ダイエット キック	初級 キッズレスリング	キッグボクシング	超寝技初心者 寒河江寿泰★	超初心者 ムエタイ ビー★	初心者キック 宮平守太郎★	超初心者ボクシング	初級フィジカル 齊藤曜★	17
10		青山久志★ キッズ	手塚良治★(無料体験) 18:00 ダイエットキック		単一 中桐涼輔★(体験) キッズ		手塚良治★ 平丸勝基★		手塚良治★ (体験)		ビー★ 苦干する印象		豆門孙人		10
18		初級フィジカル 長嶺誠★		3:00 ダイエットキック 手塚良治★		タイエットギック 手塚・嵐士★ レスリング (体験) 中桐涼輔★		超初心者キック 手塚良治★ (体験) キッズレスリング 平丸勝基★		初心者キック <mark>初級寝技スパー</mark> 手塚良治★ 寒河江寿泰★		ダイエットキック 宮平守太郎★	ボクシングマス 豊崎翔★★ (パンチ限定) 齊藤曜★		18
19	初心者キック	寝技初心者	初心者						ボクシングマス	初心者キック	ムエタイ ビー★ キック	初加る来という	初心者	フリー&ミット	19
.0	手塚良治★	國金慎太郎★	ボクシング 横田知之★	手塚良治★	手塚良治★	初心者キック 嵐士★	初心者キック 手塚良治★	央野弘明★	横田知之★★ (パンチ限定)	手塚良治★ (体験)	マススパー ビー★★	超初心者キック 宮平守太郎★	ボクシング 豊崎翔	齊藤曜★	.
20	キック	寝技スパー	中級者	キック マススパー	初心者キック 嵐士★	キック マススパー	キック マススパー	初心者	20:00 キックマ	マススパー	キックミット★	寝技中級者	20:00 総合排	Tち込み	20
	手塚良治★★	國金慎太郎★★	ボクシング 横田知之★★ 手塚良治★★		嵐士★ 手塚良治★★		手塚良治★★ 横田知之★		手塚良治·横田知之★★		宮平守太郎★ 久松勇二★★		齊藤曜·高田竜次★★		
21	21:00	キックミット	ボクシングマス 横田知之★★	寝技スパー	ダイエット キック	寝技スパー	寝技スパー	ボクシングマス 横田知之★★ (パンチ限定)	ボクシング ミット	キックミット 手塚良治士	21:00 総合ク		21:00 総合公		21
-	ボクシング	手塚良治★	横田知之★★ (パンチ限定)	手塚良治★★	嵐士★		手塚良治★★		ミット 横田知之★	Sキック 手塚良治★	久松勇二・宮平守太郎★★		齊藤曜・高田竜次★★★		
22	ミット 西垣恵★	キックミット 手塚良治★	ボクシング ミット 手塚良治★★		22:00 総合クラス 手塚良治★★		総合クラス ボクシング ミット ミット # 田知 カ		Sボクシング 横田知之★ キックミット		21:50クラス終了 22:00 close		22:00 フィジカル 齊藤曜・高田竜次★★		22
23		7-冰区/日 🔻	横田知之★	1-外区/14人	于		50 クラス終っ	横田知之★	横田知之★	小水区/山	22:00	CIOSE	── 齊滕曜• 局	田电火★★	23
23						22:5	リンフへ称	了 23:00 cl	USE						23