



★中野トイカツ道場 4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★	モーニングフィジカル 石戸谷 隆幸★		7:10	モーニングフィジカル 津崎 善郎★		モーニングフィジカル 津崎 善郎★		※スパarring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。		※7:00～8:00はサンドバッグが使用できません。		7		
8	8:00	超初心者キックボクシング 津崎 善郎★(無料体験)	超初心者キックボクシング 石戸谷 隆幸★(無料体験)		8:00	超初心者キックボクシング 津崎 善郎★(無料体験)		初心者キックボクシング 津崎 善郎★(無料体験)				9:00 open		9:00 open		8
9	9:00	初心者キックボクシング 津崎 善郎★(無料体験)	超初心者キックボクシング 石戸谷 隆幸★(無料体験)		9:00	超初心者キックボクシング 津崎 善郎★(無料体験)		初心者キックボクシング 津崎 善郎★(無料体験)		9:10	超初心者キックボクシング 児玉 勇也★	キッズレスリング 青山 久志★(1回500円)		9		
10	10:00	ダイエットキックボクシング 津崎 善郎★(体験)	寝技初心者 齊藤 曜★(体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 石戸谷 隆幸★(無料体験)		10:00 ダイエットキックボクシング 津崎 善郎★(無料体験)		10:00 ダイエットキックボクシング 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 グループキックボクシング 児玉 勇也★		10:00 キッズレスリング 八木 健太★		10
11	11:00	ダイエットキックボクシング 津崎 善郎★(体験)	寝技スパarring 齊藤 曜★★	11:00 中級フィジカル 石戸谷 隆幸★★		11:00 ダイエットキックボクシング 津崎 善郎★(無料体験)		11:00 ダイエットキックボクシング 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 児玉 勇也★		11:30 入れ替え		11
12	12:00	初心者ムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 齊藤 曜★(体験)	初心者ムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 齊藤 曜★	初心者ムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★	12:00 超初心者ムエタイ ビー★		12:00 超初心者ムエタイ ビー★		12:00 初心者総合 児玉 勇也★		12:00 超初心者ボクシング 沼田 京也★		12
13	13:00	初心者ムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★	上級者総合 齊藤 曜★★★	初心者ムエタイ ビー★	初心者総合 齊藤 曜★	初心者ムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験)	初心者ムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★	13:00 初心者総合 児玉 勇也★		初心者ボクシング 沼田 京也★	キックボクシング 無料体験者限定 齊藤 曜★	13	
14	14:00	ダイエットムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験)	初心者ムエタイ ビー★	寝技初心者 齊藤 曜★	ダイエットムエタイ ビー★	初級フィジカル 中桐 涼輔★	ダイエットムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★	超初心者ムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験)	ダイエットムエタイ ビー★	初心者総合 児玉 勇也★	中級者キックボクシング マススパarring ねこ太★女性限定	初心者寝技 齊藤 曜★	14
15	15:00	ダイエットムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験)	初心者ムエタイ ビー★	寝技スパarring 齊藤 曜★★	ダイエットムエタイ ビー★	レディース寝技 中桐 涼輔★ (無料体験)	ダイエットムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験)	ダイエットムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★	ダイエットムエタイ ビー★	初心者総合 児玉 勇也★	超初心者キックボクシング マススパarring ねこ太★女性限定	自由練習 ※ミットなし★	15
16	16:00	超初心者キックボクシング 齊藤 曜★(体験)	キッズレスリング 青山 久志★	ダイエットムエタイ ビー★	初級フィジカル 齊藤 曜★	ダイエットムエタイ ビー★	レディース寝技 中桐 涼輔★ (無料体験)	ダイエットムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 津崎 善郎★	ダイエットムエタイ ビー★	キッズグラップリング 手塚 良治★	16:00 初級フィジカル 長嶺 誠★		超初心者キックボクシング 齊藤 曜★	自由練習&ミット2R ★	16
17	17:00	初心者キックボクシング 齊藤 曜★	キッズレスリング 青山 久志★	17:00 超初心者キックボクシング 手塚 良治★(無料体験)	初心者キックボクシング 手塚 良治★	キッズレスリング 中桐 涼輔★	ダイエットキックボクシング 手塚 良治★	キッズレスリング 平丸 勝基★	17:00 超初心者キックボクシング 手塚 良治★(体験)	キッズレスリング 平丸 勝基★	17:00 初心者キックボクシング 手塚 良治★	初心者ムエタイ ビー★	初心者キックボクシング 宮平 守太郎★	初心者キックボクシング ★	初級フィジカル 齊藤 曜★	17
18	18:00	初級フィジカル 長嶺 誠★	キッズフィジカル 齊藤 曜★	18:00 ダイエットキックボクシング 手塚 良治★	ダイエットキックボクシング 手塚 良治★(体験)	キッズレスリング 中桐 涼輔★	超初心者キックボクシング 手塚 良治★(体験)	キッズレスリング 平丸 勝基★	18:00 超初心者キックボクシング 手塚 良治★(体験)	キッズレスリング 平丸 勝基★	18:00 初心者キックボクシング 手塚 良治★	初心者ムエタイ ビー★	ダイエットキックボクシング 宮平 守太郎★	中級ボクシング マススパarring ★★	中級キック マススパarring 齊藤 曜★★	18
19	19:00	初心者キックボクシング 手塚 良治★	寝技初心者 國金 慎太郎★	初心者ボクシング 横田 知之★	自由練習 &ミット2R 手塚 良治★	自由練習 &ミット2R 手塚 良治★	初心者キックボクシング 中桐 涼輔★(体験)	初心者キックボクシング 手塚 良治★	超初心者寝技 堂河江 齊泰★	中級ボクシング マススパarring 横田 知之★★	初心者キックボクシング 手塚 良治★(体験)	中級キック マススパarring ビー★	超初心者キックボクシング 宮平 守太郎★	初心者キックボクシング ★	自由練習 &ミット2R 齊藤 曜★	19
20	20:00	中級キック マススパarring 手塚 良治★★	寝技スパarring 國金 慎太郎★	中級者ボクシング 横田 知之★★	中級キック マススパarring 手塚 良治★★	初心者キックボクシング 中桐 涼輔★	中級キック マススパarring 手塚 良治★★	中級キック マススパarring 手塚 良治★★	初心者ボクシング 横田 知之★	20:00 中級キックマススパarring 手塚 良治&横田 知之★★	自由練習 &ミット2R 宮平 守太郎★	寝技中級者 久松 勇二★★	20:00 中級者総合 齊藤 曜&高田 竜次★★		20	
21	21:00	自由練習 &ミット2R 西垣 恵★ (ボクシング)	自由練習&ミット2R 手塚 良治★ (キックボクシング)	中級ボクシング マススパarring 横田 知之★★	寝技スパarring 手塚 良治★★	初心者キックボクシング 中桐 涼輔★(体験)	寝技スパarring 手塚 良治★★	寝技スパarring 手塚 良治★★	中級ボクシング マススパarring 横田 知之★★	自由練習&ミット2R 手塚 良治★	自由練習&ミット2R 手塚 良治★	21:00 中級者総合 久松 勇二&宮平 守太郎★★		21:00 上級者総合 齊藤 曜&高田 竜次★★★		21
22	22:00	自由練習&ミット2R 手塚 良治★ (キックボクシング)	自由練習&ミット2R 手塚 良治★ (キックボクシング)	自由練習&ミット2R 横田 知之★ (ボクシング)	中級総合 スパarring 手塚 良治★★	中級総合 スパarring 手塚 良治★★	中級総合 スパarring 手塚 良治★★	中級総合 スパarring 手塚 良治★★	自由練習&ミット2R 横田 知之★ (ボクシング)	自由練習&ミット2R 横田 知之★ (ボクシング)	自由練習 &ミット2R 手塚 良治★	21:50クラス終了 22:00 close		22:00 中級フィジカル 齊藤 曜&高田 竜次★★		22
23	22:50 クラス終了 23:00 close												23			