



★中野トイカツ道場 7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円プラン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】平日 7:00～23:00 土曜 12:00～18:00 日曜 12:00～18:00 (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 初級フィジカル 津崎 善郎★ | 7:10 初級フィジカル 石戸谷 隆幸★ | 7:10 初級フィジカル 津崎 善郎★ | 7:10 初級フィジカル 石戸谷 隆幸★ | 7:10 初級フィジカル 津崎 善郎★ | ※新型コロナウイルス感染予防の為、定員は16人までとさせていただきます。 予約は不要ですが、万が一一定員に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。 9:00 open 9:10start | | 7 |
| 8 | 8:00 超初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 8:00 キック STEP UPクラス 石戸谷 隆幸 | 8:00 超初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 8:00 キック STEP UPクラス 石戸谷 隆幸 | 8:00 初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | | | 8 |
| 9 | 9:00 初心者キックボクシング 津崎 善郎★ | 9:00 キックボクシング無料体験限定 石戸谷 隆幸 | 9:00 初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 9:00 キックボクシング無料体験限定 石戸谷 隆幸 | 9:00 超初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 9:10 超初心者キックボクシング 児玉 勇也★ | 9:10 キックボクシング無料体験限定 漆原 季亮 | 9 |
| 10 | 10:00 ダイエットキックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 10:00 キックマスパーリング 石戸谷 隆幸★★ | 10:00 キックマスパーリング 津崎 善郎★★ | 10:00 キックマスパーリング 石戸谷 隆幸★★ | 10:00 超初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 10:00 キック STEP UPクラス 児玉 勇也 | 10:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮★ | 10 |
| 11 | 11:00 キック STEP UPクラス 津崎 善郎 | 11:00 中級フィジカル 石戸谷 隆幸★★ | 11:00 キック STEP UPクラス 津崎 善郎 | 11:00 初級フィジカル 石戸谷 隆幸★ | 11:00 キック STEP UPクラス 津崎 善郎 | 11:00 キックボクシング無料体験限定 児玉 勇也 | 11:00 キック STEP UPクラス 漆原 季亮 | 11 |
| 12 | 12:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 12:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 12:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 12:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 12:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 12:00 ダイエットキックボクシング 漆原 季亮★ | 12:00 中級者キックテクニック 漆原 季亮★★ | 12 |
| 13 | 13:00 初心者キックボクシング 津崎 善郎★ | 13:00 初心者ムエタイ ビー★(体験優先) | 13:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(体験優先) | 13:00 初心者キックボクシング 津崎 善郎★ | 13:00 キックボクシング無料体験限定 津崎 善郎 | 13:00 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★(体験優先) | 13:00 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★(体験優先) | 13 |
| 14 | 14:00 初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 14:00 ダイエットムエタイ ビー★ | 14:00 初級フィジカル 平丸 勝基★ | 14:00 初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 14:00 超初心者キックボクシング 津崎 善郎★(体験優先) | 14:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮★ | 14:00 ダイエットムエタイ ビー★ | 14 |
| 15 | 15:00 キック STEP UPクラス 津崎 善郎 | 15:00 ノーギ柔術初心者 國金 慎太郎★ | 15:00 初心者ボクシング 平丸 勝基★(体験優先) | 15:00 キック STEP UPクラス 津崎 善郎 | 15:00 キック STEP UPクラス 手塚 良治 | 15:00 初級ムエタイテクニック ビー★ | 15:00 初級ムエタイテクニック ビー★ | 15 |
| 16 | 16:00 キッズレスリング ★(体験優先) | 16:00 ノーギ柔術スパーリング 國金 慎太郎★★ | 16:00 キッズレスリング 平丸 勝基★(体験優先) | 16:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 16:00 キッズキックボクシング 津崎 善郎★ | 16:00 キックマスパーリング ビー★★ | 16:00 キックマスパーリング ビー★★ | 16 |
| 17 | 17:00 キッズレスリング ★ | 17:00 初心者キックボクシング 國金 慎太郎★(無料体験) | 17:00 キッズレスリング 平丸 勝基★ | 17:00 キッズレスリング 中桐 涼輔★(体験優先) | 17:00 キックボクシング無料体験限定 手塚 良治★ | 17:00 30分キックマスパービー★★ | 17:00 30分キックマスパービー★★ | 17 |
| 18 | 18:00 初心者キックボクシング 手塚 良治★ | 18:00 初心者キックボクシング 手塚 良治★ | 18:00 初心者キックボクシング 手塚 良治★ | 18:00 キッズレスリング 中桐 涼輔★ | 18:00 初心者キックボクシング 手塚 良治★ | 17:45クラス終了 18:00close マスパーリングに参加される場合もマスクを着用して下さい。 マスパーリングに参加する際は必ずマウスピース、膝当て(キックの場合)を着用して下さい。 力任せな攻撃や、指導員の指示に従わない場合は参加をお断りする場合がありますので、予めご了承ください。 マスパークラスで参加者が1名の場合はその他レッスンをを行います。 | | 18 |
| 19 | 19:00 初心者キックボクシング 手塚 良治★ | 19:00 超初心者キックボクシング 手塚 良治★(体験優先) | 19:00 超初心者キックボクシング 手塚 良治★(体験優先) | 19:00 初心者ボクシング 横田 知之★(体験優先) | 19:00 初心者キックボクシング 手塚 良治★ | | | 19 |
| 20 | 20:00 キックマスパーリング 手塚 良治★★ | 20:00 キックマスパーリング 手塚 良治★★ | 20:00 キックマスパーリング 手塚 良治★★ | 20:00 マスボクシング 横田 知之★★ | 20:00 キックマスパーリング 手塚 良治★★ | 20 | | |
| 21 | 21:00 キックボクシング無料体験限定 手塚 良治★ | 21:00 ノーギ柔術スパーリング 手塚 良治★★ | 21:00 ノーギ柔術初心者 手塚 良治★ | 21:00 キックマスパーリング 横田 知之★★ | 21:00 初心者総合 手塚 良治★ | 21 | | |
| 22 | 22:00 MMAプロ練習 手塚 良治★★★ | 22:00 MMAプロ練習 手塚 良治★★ | 22:00 ノーギ柔術スパーリング 手塚 良治★★ | 22:00 初級フィジカル 横田★ 22:30 自由練習&ミット2R 横田★ | 22:00 MMAプロ練習 手塚 良治★★ | 22 | | |
| 23 | 22:45クラス終了 | | 23:00 close | | | 23 | | |