








	17時	18時	19時	20時	21時	22時		
月曜日		代表・自主トレ					マス、ライトスパーリング	
火曜日			19:00~20:00 エグザサイズ・キッズ					
水曜日		18:00~20:00 キッズ					要所でミット持ち	
木曜日			19:00~20:00 エグザサイズ・キッズ					
金曜日			19:00~20:00 キッズ					
土曜日		要所でアドバイス						
日曜日		★日曜定休日、定休日、時間外は、予約制で練習できません。臨時休業 及び 盆、正月は注意してください。						