

感染予防の観点から、スパーリングや密着を伴うクラスは内容を変更して実施いたします。また、レッスン時間の短縮もございますのでご確認の上ご参加ください。

2020.9

# KRAZY BEE KOSHIGAYA CLASS/SCHEDULE

日	月	火	水	木	金	土
スタッフ常駐10:00~22:00						
	14:00~18:00 フリーミット 天野					
	12:30~13:00 アクティブストレッチ 天野	11:00~12:00 ヨガ 荒木	13:30~14:00 ファンクショナルトレーニング 関根	10:30~11:00 ボディケアストレッチ 池	11:00~12:00 ピラティス Atsuko	10:30~11:30 ボディコンディショニング Hayato
	13:10~13:40 スモールボール 天野	12:15~13:15 レッツ筋トレ 荒木	14:10~14:40 リズムエクササイズ 関根	11:10~11:40 ボディメイクサーキット 池	12:15~13:15 ボディメイキング Atsuko	11:45~12:45 マーシャルワークアウト Hayato
	16:30~18:00 キッズキックボクシング 浜野	16:30~17:30 キッズレスリング【幼児】 服部		16:30~18:00 キッズレスリング 土田		11:30~13:00 キッズキックボクシング スソ
	18:00~19:30 キッズ柔術 横山	16:30~18:00 キッズレスリング【小学生】 服部		19:00~20:00 打撃 横山	18:00~19:30 キッズ柔術 横山	13:15~14:15 フリーミット スソ
	19:00~20:00 打撃ステップ 朴(ボク)		19:00~20:00 キックボクシング スソ	19:30~20:30 レスリング 土田	19:30~20:45 柔術 横山	
	19:30~20:45 柔術 横山		20:00~21:00 キックボクシング スソ	20:30~21:30 MMA(綜合格闘技) 横山		19:00~21:00 グラップリング 横山

〒343-0042  
埼玉県越谷市千間台東1-9-4  
インペリアルビル1F・2F2  
TEL/048-979-9999 FAX: 048-979-9998

20:40~21:40  
フィジカルトレーニング  
土田



## レッスン代行・休講のお知らせ

9/2・9・16・23(水)	キックボクシング	スソ	試合前調整の為休講
9/19(土)	キッズキックボクシング・フリーミット	スソ	試合前調整の為休講
9/21・28(月)	アクティブストレッチ・スモールボール	天野	休講
9/22(火)	キッズレスリング	服部	休講
9/30(水)	ファンクショナルトレーニング・リズムエクササイズ	関根	休講