

BLITZタイムスケジュール

	月		火		水		木		金		土		日		
	マット	リング	マット	リング	マット	リング	マット	リング	マット	リング	マット	リング	マット	リング	
14	CLOSE		CLOSE		CLOSE		CLOSE		CLOSE		CLOSE		CLOSE		14
15											15:00~ 16:00 少年部				15
16	FREE		FREE		FREE		FREE		FREE		16:30~ 17:30 入門				16
17															17
18													CLOSE		18
19	19:30~ 20:30 入門 体験可		19:00~ 20:00 入門 体験可		19:00~ 20:00 少年部		19:30~ 20:30 入門		19:00~ 20:00 入門 体験可		19:30~ 20:30 入門 体験可				19
20			20:15~ 21:15 LF						20:15~ 21:15 LF						20
21													CLOSE		21
22	FREE		FREE		FREE		FREE		FREE						22
23	CLOSE		CLOSE		CLOSE		CLOSE		CLOSE						23

- 少年部 → 【小学生対象】……………身体を動かしながら、楽しくキックボクシングを学ぶ事ができます。
- LF
レディースフィットネス → 【女性専用】……………女性の為の格闘技エクササイズです。
- 入門 → 【初心者・未経験者・全会員】……………パンチ・キックの初歩的な内容と、体力づくりを行います。
又、コンビネーションやディフェンスを中心に学ぶ事ができます。

◇◇レギュラー会員…フリートレーニング及びクラスレッスンへの参加が可能です。

◇週2・週1会員……………クラスレッスンのみ参加できます。

☆見学・体験はホームページのお問合せフォームよりご予約ください。

【お問い合わせ】
キックボクシングジム ブリッツ (担当 小杉)
TEL:053-433-4129
Mail:hamamatukick@gmail.com
<https://hamamatublitz.com/>

