

	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun	
7:00	7:00-8:00 CrossFit	7:00-8:00 CrossFit	Closed	7:00-8:00 CrossFit	7:00-8:00 CrossFit	Closed	Closed	
8:00	8:00-9:00 CrossFit	8:00-9:00 CrossFit		8:00-9:00 CrossFit	8:00-9:00 CrossFit	8:00-9:00 CrossFit	8:00-9:00 CrossFit	
9:00	9:00-10:00 CrossFit	9:00-10:00 Trial 体験		9:00-10:00 Trial 体験	9:00-10:00 CrossFit	9:05-10:05 CrossFit	9:05-10:05 CrossFit	
10:00						10:10-11:10 CrossFit	10:10-11:10 CrossFit	
11:00	10:30-11:30 CrossFit	10:30-11:30 CrossFit		10:30-11:30 CrossFit	10:30-11:30 CrossFit	11:15-12:15 CrossFit	11:15-12:15 CrossFit	
12:00						Open gym	Open gym	
13:00						13:15-14:15 CrossFit	13:15-14:15 CrossFit	
14:00	Open gym	Open gym			Open gym	Open gym	14:20-15:20 Advance アドバンス	14:20-15:20 Trial 体験
15:00				Open gym				
16:00						16:00-17:00 Trial 体験		
17:00	17:15-18:15 CrossFit	17:15-18:15 CrossFit	16:30-17:30 CrossFit	17:15-18:15 CrossFit	17:15-18:15 CrossFit			
18:00			17:35-18:35 CrossFit					
19:00	18:20-19:20 CrossFit	18:20-19:20 CrossFit	18:40-19:40 CrossFit	18:20-19:20 CrossFit	18:20-19:20 CrossFit			
20:00	19:25-20:25 CrossFit	19:25-20:25 CrossFit	19:45-20:45 CrossFit	19:25-20:25 CrossFit	19:25-20:25 CrossFit			
21:00	20:30-21:30 CrossFit	20:30-21:30 CrossFit	20:50-21:50 CrossFit	20:30-21:30 CrossFit	20:30-21:30 CrossFit			



※クラススケジュールは月毎に変更される場合がございます。また、祝日・年末年始・お盆期間等については別途クラススケジュールとなります。