

SHINKAWASAKI GRIT SCHEDULE

6.

SUN	MON	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
CARDIO 1	2	CARDIO 3	STRENGTH 4	5	ATHLETIC 6	7
STRENGTH 8	休館日 9	STRENGTH 10	ATHLETIC 11	12	CARDIO 13	14
ATHLETIC 15	休館日 16	ATHLETIC 17	CARDIO 18	19	STRENGTH 20	21
CARDIO 22	休館日 23	CARDIO 24	STRENGTH 25	26	ATHLETIC 27	28
STRENGTH 29	休館日 30					

日曜日 16:20～16:50 UMEDA

火曜日 7:30～8:00 針本樹

水曜日 20:25～20:55 YAMATO

金曜日 7:30～8:00 小島一球