

SHINKAWASAKI GRIT SCHEDULE

5.

SUN	MON	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	CARDIO 2	3
STRENGTH 4	休館日 5	おやすみ 6	CARDIO 7	8	STRENGTH 9	10
CARDIO 11	休館日 12	CARDIO 13	ATHLETIC 14	15	ATHLETIC 16	17
ATHLETIC 18	休館日 19	STRENGTH 20	STRENGTH 21	22	CARDIO 23	24
STRENGTH 25	休館日 26	ATHLETIC 27	CARDIO 28	29	STRENGTH 30	31

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