

Sports Design Lab

2025年7月スケジュール

曜日	月	火	水	木	金	土	日	
9:00								
10:00						親子ライフスキル トレーニング 40min		
11:00				キックボクシング		ライフスキル カフェ 1hour		
12:00				※7月10日お休み		※7月12日実施		
13:00				レンタルスペース ※プログラム時間外はレンタルスペースと パーソナルコーチングをご利用いただけます。				
14:00								
15:00								
16:00								
17:00	ライフスキル トレーニング	キッズレスリング	体操 (3歳から小学3年)	キッズレスリング	ライフスキル トレーニング			
18:00	※7月21日お休み			※7月24日お休み				

※翌月の8月ですが、8月10日(日)から17日(日)まで夏季休暇になります。