

Sports Design Lab

2025年10月スケジュール

曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00	キックボクシング 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。						
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00			体操	ライフスキル トレーニング			
18:00	キックボクシング	※10月29日お休み		※10月31日お休み			
	※10月14, 28日お休み						

※10月末活動終了に伴い、事前にご案内していました護身術のプログラムは「実施せず」となりました。
ご了承願います。