

高田道場福岡クラス表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:30							
10:00						キッズ体育スキルアップ (ビギナークラス)	
10:30						10:00~11:00	
11:00			親子体操 2歳~3歳 11:00~12:00	いきいき健康体操 60歳以上 11:00~12:00		キッズ体育スキルアップ (レギュラークラス)	
11:30						11:00~12:00	
12:00							
12:30			トレーニングクラス 一般女性 12:30~13:30	レディースクラス 一般女性 12:30~13:30			
13:00							
13:30							
14:00							
14:30						キッズレスリング (ビギナークラス)	
15:00						14:00~15:30	
15:30							
16:00						キッズレスリング (レギュラークラス)	
16:30						15:30~17:00	
17:00	キッズレスリング (ビギナークラス)		キッズレスリング (ビギナークラス)		キッズ体育スキルアップ		
17:30	16:30~18:00		16:30~18:00	キッズ身体機能向上 クラス	16:30~17:30		
18:00				17:00~18:30	キッズレスリング (初心者・基本クラス)	大人レスリング 中学生~一般	
18:30	キッズレスリング (レギュラークラス)		キッズレスリング (レギュラークラス)		17:30~19:00	17:30~19:00	
19:00	18:00~19:30		18:00~19:30	キッズボクシング			
19:30				18:30~20:00	フィジカル トレーニングクラス 中学生~一般		
20:00					19:00~21:00		
20:30	大人レスリング 中学生~一般 20:00~21:30		大人レスリング 中学生~一般 20:00~21:30	大人ファイト 中学生~一般 20:00~21:30			
21:00							
21:30							
22:00							

は新クラス

は時間が変わったクラスになります。