

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						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	アクティブライフ サポート 60歳以上 11:00~12:00		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						キッズレスリング (ビギナークラス)	
14:30						14:00~15:30	
15:00							
15:30						キッズレスリング (レギュラークラス)	
16:00						15:30~17:00	
16:30	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)				
17:00	16:30~18:00		16:30~18:00	運動能力アップ クラス 17:00~18:30	体育スキルアップ 17:00~18:00		
17:30						大人レスリング 中学生~一般 17:30~19:00	
18:00	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)	キッズボクシング 18:30~20:00	キッズレスリング (初心者・基本クラス)		
18:30	18:00~19:30		18:00~19:30		18:00~19:30		
19:00							
19:30							
20:00	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	フィジカル トレーニング 中学生~一般 20:00~21:30		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							