

## SCHEDULE 2016.03.24改定

	月	火	水	木	金	土	日
13:00						ボクシング	休館日
14:00	キック ボクシング	キック ボクシング	キック ボクシング	キック ボクシング	キック ボクシング	キッズ 年長・ 小学低学年クラス	
15:00	キック ボクシング	キック ボクシング	キック ボクシング	キック ボクシング	キック ボクシング	キッズ 小学生高学年 クラス	
16:00	キッズ 年長・ 小学低学年クラス	自由練習 (ミット無し)	キッズ 体操・レスリング	自由練習 (ミット無し)	自由練習 (ミット無し)		
17:00	キッズ 小学生高学年 クラス	自由練習 (ミット無し)	自由練習 (ミット無し)	自由練習 (ミット無し)	自由練習 (ミット無し)		
18:00	キック ボクシング	ボクシング	キック ボクシング	フリー トレーニング	キック ボクシング	選手 クラス	
19:00	MMA クラス	初心者寝技	レスリング&寝技	キック ボクシング	初心者柔術 柔術スパーリング		
20:00		寝技スパーリング					
21:00							
22:00							
23:00							

※全てのスケジュール内で途中退室・途中参加OKです。

### AKZA(アクザ)

JR武蔵野線「新座駅」徒歩3分 駐車場5台完備

埼玉県新座市野火止5-1-6

TEL : 048-477-3811

URL : <http://www.akza.net>

mail : [nishimura@akza.net](mailto:nishimura@akza.net)