



A-WORX

boxing + fitness

June

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

13:30-14:15
Asami(neo)

18:45-19:25
pilates

20:00-20:45
AXEL

1

10:30-11:15
AXEL(pop)

13:30-14:15
Self-Defense
(level 1)

7

13:30-14:15
Asami(neo)

18:45-19:25
pilates

20:00-20:45
AXEL

8

10:30-11:15
KOJI(Rock)

19:00-19:45
SHOHEY
(Full-Body)

20:00-20:45
Self-Defense
(level 1)

2

10:30-11:15
KANAME

19:00-19:45
KANAME

20:00-20:45
Self-Defense
(female)

11

13:30-14:15
KOJI(Rock)

20:00-20:45
AXEL(pop)

4

10:30-11:15
AXEL

20:00-20:45
Asami(neo)

5

10:30-11:15
Asami(neo)

11:30-12:15
BOOT CAMP

14

10:30-11:15
KANAME

18:45-19:25
pilates

20:00-20:45
SHOHEY
(Hip)

15

10:30-11:15
KOJI(Rock)

20:00-20:45
AXEL

9

13:30-14:15
KOJI

19:00-19:45
KANAME

20:00-20:45
Self-Defense
(female)

10

13:30-14:15
Asami

19:00-19:45
KANAME

20:00-20:45
AXEL

18

10:30-11:15
KANAME

19:00-19:45
Self-Defense
(level 2)

20:00-20:45
AXEL

12

10:30-11:15
Self-Defense
(female)

10:30-11:15
AXEL

13:30-15:00
BOOT CAMP

13

8:30-9:30
BOOT CAMP RUN

10:30-11:15
SHOHEY
(Upper)

13:30-14:15
AXEL

21

10:30-11:15
KANAME

18:45-19:25
pilates

20:00-20:45
SHOHEY
(Hip)

16

10:30-11:15
KANAME

19:00-19:45
SHOHEY
(Core)

20:00-20:45
AXEL(pop)

17

10:30-11:15
KOJI(Rock)

19:00-19:45
Self-Defense
(level 1)

20:00-20:45
Asami(neo)

25

10:30-11:15
KANAME

19:00-19:45
Self-Defense
(level 2)

20:00-20:45
AXEL

19

10:30-11:15
KANAME

13:30-14:15
SHOHEY(Hip)

13:30-14:15
Self-Defense
(level 1)

14:30-15:15
BOOT CAMP

20

13:30-14:15
AXEL(pop)

19:00-19:45
AXEL

20:00-20:45
SHOHEY
(Core)

22

13:30-14:15
Asami(neo)

19:00-19:45
KOJI(Rock)

20:00-20:45
KOJI

23

10:30-11:15
KOJI(Rock)

19:00-19:45
Self-Defense
(level 1)

20:00-20:45
Asami(neo)

24

10:30-11:15
AXEL

19:00-19:45
AXEL

20:00-20:45
SHOHEY
(Upper)

26

10:30-11:15
Self-Defense
(level 2)

11:30-12:10
pilates

13:30-14:15
SHOHEY
(Full-Body)

14:30-15:00
BOOT CAMP

27

10:30-11:15
Asami(neo)

13:30-14:15
Asami

28

10:30-11:15
Asami(neo)

19:00-19:45
Self-Defense
(level 1)

20:00-20:45
AXEL(pop)

29

13:30-14:15
SHOHEY
(Upper)

19:00-19:45
KOJI

20:00-20:45
KOJI

30

Blank

Blank

Blank

Blank

Blank

Blank

ブルー:ストレートクラス

パープル:キックベーシック

グレイ:Fight | Self-Defense

ピンク:フッククラス

イエロー:Build&Burn

ミント:Self-Defense female

グリーン:ボディアップークラス

ターコイズ:pilates

レッド:BOOT CAMP