赤崎道場A-SPIRIT

クラススケジュール

2026年10月改正

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00〜20:00 パーソナル予約制	10:00〜17:00 パーソナル予約制	10:00〜18:00 パーソナル予約制	10:00〜17:00 パーソナル予約制	10:00〜15:00 パーソナル予約制	10:00〜10:45 女性限定 フィットネス	10:30〜11:30 柔術 オープンマット
20:30〜22:00 MMA フリースパーリング	18:00〜19:00 キッズ空手 （赤崎）	19:00〜19:45 キックボクシング （赤崎）	18:00〜19:00 キッズ柔術 （赤崎）	CLOSE	11:00〜17:00 パーソナル予約制	11:30〜12:30 フリー オープンマット
CLOSE	19:15〜20:00 空手一般 型	20:00〜20:45 MMAテクニック （宝珠山）	19:30〜20:15 柔術 テクニック	19:00〜19:45 キックボクシング （赤崎）	CLOSE	日曜日は試合などで休館になる場合があります。
	20:15〜21:00 キックボクシング （赤崎）	21:00〜22:00 MMA フリースパーリング	20:30〜22:00 柔術 フリースパーリング	20:00〜20:45 キックボクシング フリースパーリング	18:00〜19:00 キッズMMA （赤崎・宝珠山）	CLOSE
	21:00〜22:00 キックボクシング フリースパーリング	CLOSE	CLOSE	21:00〜22:00 グラップリング フリースパーリング	19:15〜20:00 MMAテクニック （赤崎）	
	CLOSE			CLOSE	20:00〜21:00 MMA フリースパーリング	
					CLOSE	

※ CLOSEは原本の記載順に掲載しています。CLOSEの時刻は原本に記載されていません。