

CLASS SCHEDULE								
	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	
6:00	CLOSE							
6:15			CrossFit 6:00-7:00 10名	CrossFit 6:00-7:00 10名	CLOSE	Engine 6:00-7:00 10名	CLOSE	CLOSE
6:30								
6:45								
7:00								
7:15			Engine 7:00-8:00 10名	CrossFit 7:00-8:00 10名	Engine 7:00-8:00 10名	CrossFit 7:00-8:00 10名	CrossFit 7:00-8:00 10名	CrossFit 7:00-8:00 10名
7:30								
7:45								
8:00								
8:15								
8:30								
8:45			CrossFit 8:30-9:30 10名	Ultimate Burn 8:30-9:30 10名	CrossFit 8:30-9:30 10名	CrossFit Basic 8:30-9:30 6名	CrossFit 8:30-9:30 10名	CrossFit 8:30-9:30 10名
9:00								
9:15								
9:30								
9:45								
10:00				Open Gym 9:30-11:00		Open Gym 9:30-11:00		
10:15								
10:30			Open Gym 9:30-12:00		Open Gym 9:30-12:00		CrossFit Basic 10:00-11:00 6名	Engine 10:00-11:00 10名
10:45								
11:00								
11:15								
11:30				CrossFit 11:00-12:00 10名		Engine 11:00-12:00 10名		
11:45								
12:00						CLOSE 11:00-13:00	CLOSE 11:00-13:00	
12:15		CrossFit Basic 12:00-13:00 6名		CrossFit 12:00-13:00 10名				
12:30								
12:45								
13:00								
13:15								
13:30						Open Gym 13:00-14:30	Open Gym 13:00-14:30	
13:45								
14:00			Open Gym 12:00-16:30		Open Gym 12:00-16:30			
14:15								
14:30								
14:45						Strength 14:30-15:30 8名	CrossFit 14:30-15:30 10名	
15:00		Open Gym 13:00-17:30		Open Gym 13:00-17:30				
15:15								
15:30								
15:45								
16:00								
16:15								
16:30			CrossFit 16:30-17:30 10名		CrossFit 16:30-17:30 10名	CrossFit 16:00-17:00 10名	CrossFit 16:00-17:00 10名	
16:45								
17:00								
17:15								
17:30								
17:45		CrossFit 17:30-18:30 10名		CrossFit Basic 17:30-18:30 6名		Engine 17:30-18:30 10名	CrossFit Competition 17:30-19:00 10名	
18:00			CLOSE 17:30-19:00		CLOSE 17:30-19:00			
18:15								
18:30								
18:45								
19:00								
19:15		CrossFit 19:00-20:00 10名		CrossFit 19:00-20:00 10名	Engine 19:00-20:00 10名			
19:30			Gymnastics 19:15-20:15 10名					
19:45								
20:00								
20:15								
20:30								
20:45		Weight Lifting 20:30-21:30 8名	Strength 20:30-21:30 8名	CrossFit Competition 20:30-22:00 10名	CrossFit 20:30-21:30 10名	CLOSE	CLOSE	
21:00								
21:15								
21:30								
21:45								
22:00								
22:15								
22:30								
22:45								
23:00								