

M3A FIT Plus (王寺店) **M3AFIT** Plus

タイムスケジュール (2025/08～)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00~19:00 パーソナル トレーニング	10:00~19:00 パーソナル トレーニング	10:00~19:00 パーソナル トレーニング	10:00~19:00 パーソナル トレーニング	10:00~19:00 パーソナル トレーニング	10:00~11:00 モーニングキック ボクシングクラス 	10:00~22:00 フリーマット (セミナー使用で利 用不可の場合あり)
					11:00~13:00 ブラジリアン柔術 クラス 	
19:30~20:30 グラップリング クラス(寝技基礎 クラス) 	19:30~20:30 初級キック ボクシングクラス 	19:30~20:30 フリーマット	19:30~21:00 MMAテクニック クラス 	19:30~21:00 MMAテクニック& スパーリング クラス 	13:30~15:00 キッズブラジリアン 柔術クラス 	
20:30~21:30 ブラジリアン 柔術クラス 	20:30~21:30 初級MMA クラス 	20:30~21:30 初級キック ボクシングクラス 		21:00~22:00 キックボクシング テクニッククラス 		
21:30~22:30 ブラジリアン柔術 EXPERTクラス	21:30~22:30 中級者MMA クラス	21:30~22:30 中級キックボクシ ングクラス	21:00~22:30 初級ブラジリアン 柔術クラス 	22:00~22:45 キックボクシング スパーリングクラス		