

# 【大阪本店】

＜令和7年1月7日（火）～1月17日（金） TSDKAL I大阪本店 レッスンスケジュール＞



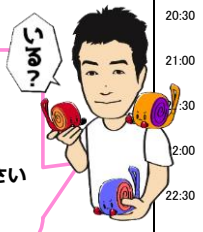
※リズミックボクシングは、TSDカリの登録商標です。(登録商標4057073)

月		火		水		木		金		土		日			
1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2		
月曜日・祝日 休館日 毎週		<p><b>1月11日(土)TU Worldセミナー開催!</b> TUがロスで得た技術をスタジオで直接解放します!! (レッスン担当: TU、YUTARO) 14:30~(16:30終了予定) ¥10000-</p> <p><b>1月18日(土)TUコリオ体験レッスン&amp;発表会</b> YUTAROによるレッスンとインストラクターによるTUコリオ発表 (参加費: 無料)</p>													
		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 10:45		OPEN 11:45		OPEN 9:45		OPEN 9:15			
1月休館日 6日(月)、13日(祝) 20日(月)、27日(月)		8:30													
		9:00													
		9:30													
		9:45													
		10:00													
		10:30													
		11:00	生 11:00 リズボクキック 初級		生 11:00 リズボク初級		生 11:00 リズボク初級				生 10:00 リズボクキック 初級	TSD リトルドラゴン (4歳~中学3年)		生 9:30 リズボク初級	
		11:30									生 11:00 リズボク初級 サーキット			10:30 リズボクキック 初級	TUMA白帯クラス
		12:00	12:00 リズボク初級 サーキット		12:00 TUMA(ホクシング)		12:00 リズボク 中級入門				TUMA白帯クラス			11:30 TUMA(ムエタイ)	
		12:30	13:00 TUKALI初級		12:30TUMA (ジークンドー)		13:00 リズボク初級 サーキット				12:00 リズボク初級			12:00 TUMA(KALI)	
13:00	13:30 TUMA (カブリカブロン)		生 13:00 リズボクキック 初級		14:00 TUMA(KALI)				12:30 TUMA(KALI)			12:30 TUMA (カブリカブロン)			
13:30	14:00 TUMA(KALI)		生 14:00 リズボク中級		14:30 TUMA(ムエタイ)				13:00 TUMA(ホクシング)	13:00 リズボク初級		13:00 リズボク初級			
14:00	生 14:30 リズボク初級		生 15:00 リズボク初級		生 15:00 リズボクキック 初級				13:30TUMA (ジークンドー)			14:00 リズボク初級			
14:30												14:00 TUリズボク クロストレーニング			
15:00												14:30 リズボク初級			
15:30												15:00 リズボク初級 サーキット			
16:00												16:00 TUKALI初級			
16:30	生 16:30 リズボク初級											生 16:30 TUKALI中級			
17:00												生 17:00 リズボク初級			
17:30	生 17:30 リズボク 中級入門	TSD リトルドラゴン (4歳~中学3年)	生 17:30 リズボク初級	TSD リトルドラゴン (4歳~中学3年)	生 17:30 リズボクキック 初級	TSD リトルドラゴン (4歳~中学3年)	TSD リトルドラゴン (4歳~中学3年)					生 18:00 リズボクキック 初級			
18:00															
18:30	18:30 TUリズボク クロストレーニング		18:30 リズボクキック初級		18:30 リズボク初級		18:00 リズボク初級								
19:00	19:00 TU World SP クラス *1/14は休講	19:00 リズボクキック 初級	19:00 TUMA(ムエタイ)	19:00 リズボク初級	19:00 TUMA(KALI)				19:00 リズボク初級						
19:30									19:30 TU World SP クラス	19:30 リズボク初級					
20:00	20:00 TUMA(ホクシング)	20:00 リズボク初級	20:00 リズボク初級 サーキット						20:00 リズボク 中級入門						
20:30	20:30TUMA (ジークンドー)								20:30 TUKALI初級						
21:00															
CLOSE 21:15		CLOSE 21:15		CLOSE 21:15		CLOSE 21:15		CLOSE 21:15		CLOSE 19:45		CLOSE 19:15			

大人気のTUMAクラス! もっと動きを詳しく知りたい! 更に楽しみたい方! TUMAに参加したいけど初めてなのでクラスに入りにくい そんな方も1回体験可能です! フロントまでお申し出ください!

**NEW** リズボク初級サーキットが登場!  
リズボクの動きを使ってサンドバッグやスティックを使用し  
筋トレ効果! 脂肪燃焼効果! を更にアップ!!  
サンドバッグを叩いてストレス解消!!

バンテージを巻いてレッスンに参加しよう!  
二の腕の引き締め方が全然変わります!!  
巻き方はフロントでスタッフと練習しよう!  
すぐに覚えられます。いつでもお越しください  
バンテージ ¥1,650



※TUMA【月会費で受けられる通常クラス】 TU Martial Arts(格闘技)を意味しております。  
リズボクの元となる格闘技や武術を、自分のペースで楽しみながら学ぶことができる  
世界でここだけのTUオリジナル武道クラスです。  
※レッスン参加回数や基準をクリアすることで昇格し成功を積み重ねていくシステムも導入、格闘技をしたことない方や初めての方でも安心して楽しめるレッスンです。1つ1つの成功を積み重ねていける皆様を応援させていただきます。ご参加をお待ち申し上げております。

予約なしで、いつでも  
『見学』『体験』OKです!  
お気軽に、お電話ください!  
TEL:06-6367-8715