

M3A FIT 〈桜井店〉

タイムスケジュール (2025/4~)

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	14:00~15:00 ヨガクラス (第1、第3実施)	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		休館日
		10:00~19:00 パーソナル トレーニング		17:00~18:00 キッズ空手クラス (正道会館)	17:30~18:30 キッズMMAクラス	
19:30~20:30 超初心者MMA クラス	19:30~20:15 初心者キック ボクシングクラス	19:30~21:00 グラップリング クラス(寝技基礎)	19:30~20:15 初心者キック ボクシングクラス	19:30~20:30 フリークラス	18:30~19:30 初心者キック ボクシングクラス	
	20:15~21:00 初心者キック ボクシングクラス		20:15~21:00 初心者キック ボクシングクラス			
20:30~21:30 キックボクシング テクニッククラス	21:00~22:30 ブラジリアン 柔術クラス初級	21:00~22:30 ブラジリアン 柔術クラス	21:00~22:30 プロ選手クラス	20:30~21:30 レスリングクラス 初級	19:30~21:00 中級キック ボクシングクラス	
21:30~22:30 中級キック ボクシングクラス				21:30~22:30 レスリングクラス 中級	21:00~22:00 フリークラス	

※桜井店1階のウェイトトレーニングエリアは365日24時間利用可能です!!