

正道会館宮崎 / ダイアタイガージム / スポーツジムフェニックス

休館日
日曜・祝祭日

	月	火	水	木	金	土
道場・ジム 開館時間	10:00～22:00	10:00～22:00	13:00～22:00	10:00～22:00	10:00～22:00	10:00～18:00
1階 タイムスケジュール	フリートレーニング 10:00～17:00	フリートレーニング 10:00～12:30		フリートレーニング 10:00～17:00	フリートレーニング 10:00～12:30	フリートレーニング 10:00～18:00
		準備 12:30～			準備 12:30～	
		キックボクササイズ (デイトム) 13:00～14:00			キックボクササイズ (デイトム) 13:00～14:00	
	フリートレーニング 10:00～17:30	フリートレーニング 13:00～19:30	フリートレーニング 10:00～17:30			
	準備 17:00～		準備 17:00～			
	ジュニアクラス (Aコース) 17:30～19:00		ジュニアクラス (Aコース) 17:30～19:00			
		準備 17:30～	準備 19:30～	準備 17:30～		
		ジュニアクラス (Bコース) 18:00～19:30		ジュニアクラス (Bコース) 18:00～19:30		
	準備 19:30～					
	キックボクササイズ (レディース) 20:00～21:00	一般クラス (空手・グローブ) 20:00～21:30	キックボクササイズ (レディース) 20:00～21:00	一般クラス (空手・グローブ) 20:00～21:30	一般クラス (空手・グローブ) 20:00～21:30	
フリートレーニング 21:10～22:00		フリートレーニング 21:10～22:00				