

CARPE DIEM TACHIKAWA クラススケジュール

※毎週日曜日は「レディースデー」といたしまして、女性会員様は日曜日全クラスにご参加いただけます。

※フリー・マットには必ず一名以上のスタッフも付きます。テクニック等アドバイスさせて頂きますので、お気軽にお声がけ下さい。

2026.01-03

	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(祝日)
10:00						 10:00~11:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)	 10:00~11:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)	 10:00~11:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)
11:00	 11:00~12:00 ベーシックテクニッククラス	 11:00~12:00 ベーシックテクニッククラス		 11:00~12:00 ベーシックノーギクラス	 11:00~12:00 ベーシックテクニッククラス	 11:15~12:15 レギュラークラス	 11:15~12:15 ファミリークラス	 11:15~12:15 ベーシックテクニッククラス
12:00	12:00~12:30 フリー・マット	12:00~12:30 フリー・マット		12:00~12:30 フリー・マット	12:00~12:30 フリー・マット	 12:30~13:30 ベーシックテクニッククラス	 12:30~13:30 ベーシックテクニッククラス	 12:30~13:30 レギュラークラス
13:00	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン		 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 13:30~14:00 フリー・マット	 13:30~14:00 フリー・マット	
14:00	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン		 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン
15:00	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン		 プライベートレッスン	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン		
16:00	 プライベートレッスン	 プライベートレッスン		 プライベートレッスン	 プライベートレッスン			
17:00	 17:00~18:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)	 17:00~18:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)		 17:00~18:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)	 17:00~18:00 キッズクラス (幼稚園・小中学生)			
18:00								
19:00	 18:30~19:30 ノーギクラス	 18:30~19:30 ベーシックノーギクラス		 18:30~19:30 ノーギクラス	 18:30~19:30 ベーシックノーギクラス			
20:00	 19:45~20:45 ベーシックテクニッククラス	 19:45~20:45 レギュラークラス		 19:45~20:45 ベーシックテクニッククラス	 19:45~20:45 ベーシックテクニッククラス			
21:00	 21:00~22:00 レギュラークラス	 21:00~22:00 ベーシックテクニッククラス		 21:00~22:00 レギュラークラス	 20:45~21:30 フリー・マット			

CLOSE