

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。

2026.02-03

	(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 ノーギクラス	 11:15～12:15 レギュラークラス	 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