	月	火	水	木	金	土	日	
	6:00 OPEN	6:00 OPEN	6:00 OPEN	6:00 OPEN	6:00 OPEN	6:00 OPEN	6:00 OPEN	
9:00 >	フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット 9:00～トレーニング 9:20 - 10:20 キッズ 柔術 オールレベル	フリーマット	< 9:00
10:00 >						10:30 - 11:50 柔術 ベーシック A,B,C		< 10:00
11:00 >		11:00 - 12:00 柔術 ベーシック A	11:00 - 12:00 柔術 ベーシック B		11:00 - 12:00 柔術 ベーシック C		特別クラス イベントなど ※ 不定期開催	< 11:00
12:00 >	12:20 - 13:10 ダイエット トレーニング			12:20 - 13:10 ダイエット トレーニング		柔術スパーリング フリーマット	フリーマット	< 12:00
13:00 >							※ 日曜は月3回	< 13:00
14:00 >						13:30 - 14:50 柔術 アドバンス A,B,C	13:30～トレーニング 13:50 - 14:50 ジュニア 柔術 アドバンス	< 14:00
15:00 >	フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット	特別クラス イベントなど ※ 不定期開催	15:00 - 16:20 柔術 ベーシック A,B,C	< 15:00
16:00 >								< 16:00
17:00 >	17:10 - 18:10 キッズ 柔術 ベーシック							< 17:00
18:00 >	18:20 - 19:20 柔術 ベーシック A 柔術スパーリング	18:20 - 19:20 柔術 ベーシック C 柔術スパーリング	18:00 - 19:00 キッズ 柔術 ベーシック 19:10 - 20:10 柔術 ベーシック A	18:20 - 19:20 柔術 ベーシック B 柔術スパーリング	18:20 - 19:20 柔術 アドバンス B 19:30 - 20:30 柔術 アドバンス C 柔術スパーリング	フリーマット	フリーマット	< 18:00
19:00 >								< 19:00
20:00 >	20:00 - 21:00 柔術 ベーシック B	20:00 - 21:00 柔術 アドバンス A 柔術スパーリング	20:20 - 21:30 選手練	20:00 - 21:00 柔術 ベーシック C 柔術スパーリング				< 20:00
21:00 >								< 21:00
22:00 >	フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット	フリーマット			< 22:00
23:00 >	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	23:00 CLOSE	< 23:00