

クロスフィット高輪 クラススケジュール

2026年8月1日～

	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日（祝） Sun	
7:00					Closed			
	7:10-8:10	7:10-8:10	7:10-8:10	7:10-8:10		Closed	Closed	
8:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit				8:00
						8:10-9:10	8:10-9:10	
						CrossFit	CrossFit	
9:00	8:20-9:20	8:20-9:20	8:20-9:20	8:20-9:20				9:00
	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit		9:15-10:15	9:15-10:15	
						CrossFit	CrossFit	
10:00	Open gym	Open gym	Open gym	Open gym		10:20-11:20	10:20-11:20	10:00
						CrossFit	CrossFit	
11:00	10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:30				11:00
	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit		11:25-12:25	11:25-12:25	
						CrossFit	CrossFit	
12:00								12:00
						Open gym	Open gym	
13:00						13:25-14:25	13:25-14:25	13:00
						CrossFit	CrossFit	
14:00	Open gym	Open gym	Open gym	Open gym				14:00
						Open gym	Open gym	
15:00								15:00
16:00								
17:00								
	17:15-18:15	17:15-18:15	17:15-18:15	17:15-18:15				
18:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit				
	18:20-19:20	18:20-19:20	18:20-19:20	18:20-19:20				
19:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit				
	19:25-20:25	19:25-20:25	19:25-20:25	19:25-20:25				
20:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit				
	20:30-21:30	20:30-21:30	20:30-21:30	20:30-21:30				
21:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit				

※クラススケジュールは月毎に変更される場合がございます。また、祝日・年末年始・お盆期間等については別途クラススケジュールとなります。