

SHINKAWASAKI GRIT SCHEDULE

8.

SUN	MON	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					STRENGTH 1	2
CARDIO 3	休館日 4	CARDIO 5	6	7	ATHLETIC 8	9
ATHLETIC 10	休館日 11	STRENGTH 12	13	14	CARDIO 15	16
STRENGTH 17	休館日 18	ATHLETIC 19	20	21	STRENGTH 22	23
ATHLETIC 24	休館日 25	CARDIO 26	27	28	ATHLETIC 29	30
STRENGTH 31	休館日					

日曜日 16:20～16:50 UMEDA

火曜日 7:30～8:00 針本樹

金曜日 7:30～8:00 小島一球