

# SHINKAWASAKI GRIT SCHEDULE

# 12.

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

日曜日 16:20~16:50 YAMATO

金曜日 7:30~8:00 小島一球

火曜日 7:30~8:00 針本樹