

SHINKAWASAKI GRIT SCHEDULE

11.

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

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