

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日/祝日
7:00							
8:00	ベーシッククラス 7:15~8:00		ベーシッククラス 7:15~8:00				
9:00	オープンマット		オープンマット				
10:00					はじめて柔術クラス 9:30~10:15		
11:00					スパークラス 10:15~10:45	リトルキッズ柔術 10:30~11:15	はじめて柔術クラス 10:00~10:45
12:00					オープンマット	キッズ柔術 11:30~12:30	オープンマット
13:00							オールレベルクラス 11:15~12:00
14:00						はじめて柔術クラス 13:00~14:00	スパークラス 12:00~13:00
15:00						オールレベルクラス 14:15~15:15	オープンマット 14:00~15:00 第1・3日曜開催
16:00						スパークラス 15:15~16:15	スパークラス 15:00~16:00 第1・3日曜開催
17:00						オープンマット	
18:00	キッズ柔術 17:00~18:00		リトルキッズ柔術 17:00~17:45		キッズ柔術 17:00~18:00		
19:00	ベーシッククラス 18:30~19:15	はじめて柔術クラス 18:30~19:30	ベーシッククラス 18:30~19:15	レディースクラス 18:30~19:20	オールレベルクラス 18:30~19:30		
20:00	スパークラス 19:15~20:00		スパークラス 19:15~20:00	はじめて柔術クラス 19:30~20:20	スパークラス 19:30~20:30		
21:00	オールレベルクラス 20:10~21:00	オールレベルクラス 19:45~20:45	オールレベルクラス 20:10~21:00	スパークラス 20:20~20:50	オープンマット		
22:00	スパークラス 21:00~22:00	スパークラス 20:45~22:00	スパークラス 21:00~22:00	ジョブティジョンクラス 21:00~22:00	ベーシッククラス 21:00~21:45		
23:00	オープンマット	オープンマット	オープンマット	オープンマット	スパークラス 21:45~22:15		

〈土曜のリトルキッズ柔術限定〉
親子のどちらかが会員であれば
親子ふたりで受講できます
*子どものみでも参加可

CAVE BJJ会員限定のクラスです
第1・3日曜日のみの開催となります
ので、お間違えのないようご注意
ください（祝日はありません）
CAVE BJJ公式LINEで、開催日をお知らせします

休館日：毎月9日、19日、29日