



# ★ファイティングラボ伊那箕輪 7月時間割★

駐車場完備！伊北インターから車で10分！

まるまる0円無料プラン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】変動あり、下記ご確認ください。日曜祭日休館。18日海の日は休館です。

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜		
14		14:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★(無料体験)		14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦★(無料体験)	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	<b>休館日</b> ※新型コロナウイルス感染予防の為、原則お一人様1時間の練習とさせていただきます。(1クラス50分間) ※また、人数制限12名までとさせていただきます。予約は不要ですが、万が一定員に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。 ※キッズクラス、ヨガクラスは自 ※マンスパーリングに参加する場合は必ず マウスピース、膝当て(キックの ※力任せに攻撃をする方や、インストラクターの指示に従わない方は 参加をお断りをする場合がございますの ※マンスパークラスで参加者が1名の場合はその他のレッスンをを行います。	14	
15		15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★(無料体験)		15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★(無料体験)	15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★(無料体験)	ダイエットキックボクシング 田口 康彦★(体験)		自由練習	15
16		16:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 open	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 体験者限定キックボクシング 田口 康彦★(無料体験)			16
17		初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)		自由練習	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)		17:00 フリートレーニング インストラクター不在	
18		18:00 キッズ&レディースキック 田口 康彦★(無料体験)	自由練習	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	自由練習	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)		自由練習	18
19	20:00 open	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	自由練習	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	ダイエットキックボクシング 田口 康彦★(体験)	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	自由練習	19	
20	20:00 柔術テクニック 吉田 憲司★	フィジカル 田口 康彦★	自由練習	レディース ダイエットキック 田口 康彦★(体験)	初心者柔術 吉田 憲司★(体験)	20:00 初心者アシュタンガヨガ 田口 康彦★(無料体験)	初心者キックボクシング 池 尚虎★(体験)	20	
21	寝技スパーリング 吉田 憲司★★	中級キック マンスパーリング 田口 康彦★★	寝技スパーリング 吉田 憲司★★		中級キック マンスパーリング 田口 康彦★★	中級ボクシング マンスパーリング 池 尚虎★★	自由練習	21	
21:20クラス終了 21:30 close									



**田口 康彦**

指導クラス: キックボクシング、護身術、ヨガ  
格闘技歴: 空手、ジークンドー、キック、総合  
皆様の強く楽しく美しくのお手伝いを致します!!



**池 尚虎**

1984年6月26日 (37)  
指導クラス: ボクシング  
格闘技歴: 7年 ボクシング、海外で4年。  
どなたにも分かりやすくご指導いたします。