



★ファイティングラボ松本 8月時間割★

【営業時間】変動あり 下記ご確認ください。祭日休館 10日山の日、13日～15日はお盆休みです。

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

【クラス強度】♥運動不足の方 ♥♥心拍数を上げたい方 ♥♥♥選手向け

【クラス分類】■ボクシング ■キックボクシング ■柔術・寝技 ■総合格闘技 ■その他 ■無料体験

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
9						※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10名まで とさせていただきます。 予約は不要ですが、 万が一一定員に達した際は、 次のクラスまでお待ち頂く 場合がございます。	※マスパークリングに参加 する場合は必ず マウス ピース、膝当て(キックの場 合)を着用してください。 ※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 ので 予めご了承ください。 ※マスパーククラスで参加 者が1名の場合はその他の レッスンをを行います。	9
10								10
11								11
12								12
13								13
	14:00 open							
14	14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者ボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者ボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 初中級キックボクシング 田口 康彦(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	15
16	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 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 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 中級キックボクシング 清沢 魁人 難易度★★ 強度 ♥♥ 16:30 中級キックマスパーク	16
17	17:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 キックボクシング無料体験限定 清沢 魁人 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 初心者ボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 キックボクシング無料体験限定 清沢 魁人 難易度★ 強度♥	17:00 キックボクシング無料体験限定 清沢 魁人 難易度★ 強度♥	17
18	18:00 初心者キックボクシング 田口 康彦(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 キッズキックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 ダイエットキックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者ボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 キッズキックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 初心者ボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥		18
19	19:00 初心者ボクシング 田口 康彦(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 柔術初心者 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 三澤 尊(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 加科 雅和(無料体験) 難易度★ 強度♥		19
20	20:00 護身術 田口 康彦(体験) 難易度 ★ 強度 ♥	20:00 中級者ブラジリアン柔術 黒岩 大輔(無料体験) 難易度★★ 強度♥	20:00 初心者総合格闘技 清沢 魁人(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 柔術初心者 清沢 魁人(無料体験) 難易度★★ 強度♥	20:00 中級キックボクシング 清沢 魁人 難易度 ★★ 強度 ♥♥	20:00 中級キックボクシング 加科 雅和(無料体験) 難易度 ★★ 強度 ♥♥		20
21	20:30 中級キックマスパーク 田口 康彦 難易度 ★★ 強度 ♥♥				20:30 中級キックマスパーク 清沢 魁人 難易度★★ 強度♥♥	20:30 中級キックマスパーク 加科 雅和 難易度★★ 強度♥♥		21
	21:45class ends 22:00 close							



田口 康彦

長野本部長

指導クラス: ボクシング、キックボクシング、護身
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!!



清沢 魁人

1998年6月23日(23)

指導クラス: キックボクシング 寝技 フィジカル
格闘技歴: 6年 キック、柔術、プロ総合格闘家
丁寧で分かりやすい指導を心掛けています!!



黒岩 大輔

1976年12月6日(45)

指導クラス: ブラジリアン柔術、寝技
格闘技歴: 10年 柔道、ブラジリアン柔術
初心者から経験者まで寝技の魅力を伝えます