



【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
7	7:10 モーニングキックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度▼	7:10 モーニングボクシング イゴリ 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 伊藤 義浩(無料体験) 難易度★ 強度▼	7:10 モーニングキックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度▼	※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45分間) ※また、人数制限15名までとさせていただきます。 予約は不要ですが、万が一が定員に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。	7
8	8:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★ 強度▼	8:00 ボクシングマックスバーリング イゴリ 難易度★★ 強度♥♥	8:00 キックマックスバーリング 伊藤 義浩 難易度★★ 強度▼	8:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度▼	8:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★ 強度▼		8
9	9:00 初心者キックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度▼	9:00 ダイエットボクシング イゴリ 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 伊藤 義浩 難易度★ 強度▼	9:00 初心者キックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度▼	9:00 初心者キックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥		9
10	10:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度▼	10:00 初心者ボクシング イゴリ 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 伊藤 義浩 難易度★ 強度▼	10:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度▼	10:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度▼		10
11	11:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度▼	11:00 ボクシングマックスバーリング イゴリ 難易度★★ 強度♥	11:00 キックマックスバーリング 伊藤 義浩 難易度★★ 強度♥	11:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥	11:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度▼		11
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00open 12:10start 12:10 キックボクシング無料体験限定 上出 桜子 難易度★ 強度♥	12:10 キックボクシング無料体験限定 古屋 謙一 難易度★ 強度♥
13	13:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度▼	13:00 キックボクシング無料体験限定 上出 桜子 難易度★ 強度▼	13:00 コンビネーションミット 山井 拓未(無料体験) 難易度★ 強度▼	13:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 上出 桜子 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 古屋 謙一 難易度★ 強度♥
14	14:00 コンビネーションミット 川路 大樹 難易度★ 強度▼	14:00 コンビネーションミット 川路 大樹 難易度★ 強度▼	14:00 ダイエットキックボクシング 上出 桜子 難易度★ 強度♥	14:00 初心者ムエタイ 山井 拓未 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 川路 大樹 難易度★ 強度▼	14:00 初心者キックボクシング 上出 桜子 難易度★ 強度♥	14:00 キックマックスバーリング 古屋 謙一 難易度★★ 強度♥
15	15:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	15:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 上出 桜子 難易度★ 強度▼	15:00 中級者キックボクシング 山井 拓未(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 上出 桜子 難易度★ 強度♥	15:00 初心者総合格闘技 古屋 謙一 難易度★ 強度♥
16	16:00 キックボクシング無料体験限定 難易度★ 強度▼	16:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 上出 桜子 難易度★ 強度▼	16:00 初級キックマックスバーリング 山井 拓未 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 難易度★ 強度♥	16:00 キックマックスバーリング 上出 桜子 難易度★★ 強度♥	16:00 総合マックスバーリング 古屋 謙一 難易度★★ 強度♥
17	17:00 キックマックスバーリング 難易度★★ 強度♥	17:00 キックマックスバーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥	17:00 キックマックスバーリング 上出 桜子 難易度★ 強度▼	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 キックマックスバーリング 難易度★★ 強度♥	17:00 自主練習&ミット2R 上出 桜子 難易度★ 強度♥	17:00 自主練習&ミット2R 古屋 謙一 難易度★★ 強度♥
18	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 キックボクシング無料体験限定 伊藤 義浩(無料体験) 難易度★ 強度▼	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:45class ends 18:00close	
19	19:00 ダイエットキックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度▼	19:00 初心者キックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 上出 桜子(無料体験) 難易度★ 強度▼	19:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度▼	※スパarringに参加する際は必ずマウスピース、膝当て、ファールカップを着用してください。	19
20	20:00 初心者キックボクシング 土井 賢 難易度★★ 強度♥	20:00 初心者総合格闘技 川路 大樹 難易度★ 強度♥	20:00 キックマックスバーリング 上出 桜子 難易度★★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 伊藤 義浩(無料体験) 難易度★★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度▼		20
21	21:00 キックマックスバーリング 土井 賢 難易度★ 強度▼	21:00 総合マックスバーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥	21:00 コンビネーションミット 上出 桜子(無料体験) 難易度★ 強度▼	21:00 キックマックスバーリング 伊藤 義浩 難易度★ 強度▼	21:00 キックマックスバーリング 難易度★★ 強度♥	※女性インストラクターの場合、男性会員様のミット受けは出来かねますのでご了承下さい。	21
22	22:00 自主練習&ミット2R 土井 賢 難易度★ 強度♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★★ 強度♥	22:00 自主練習&ミット2R 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥	※マックスバークスで参加者が1名の場合はその他レッスンをを行います。	22
23	22:45class ends 23:00 close						23



川路 大樹

1999年11月4日(23)
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技
格闘技歴:空手7年、総合格闘技2年
格闘技で健康になりましょう



山井 拓未

1977年12月15日(45)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:アマチュア全日本トーナメント準優勝
楽しく激しいキックボクシングを指導します。



上出 桜子

1984年4月12日(38)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:キックボクシング3年
一緒に楽しみながらトレーニングしましょう！



土井 賢

1987年8月28日(35)
指導クラス:キックボクシング、ボクシング
格闘技歴:ボクシング、キックボクシング
一緒に楽しくキックボクシングしましょう！



リトシン・イゴリ

1972年5月20日(50)
指導クラス:キックボクシング、ボクシング
格闘技歴:ナイフディフェンス5年
ボクシング10年、ムエタイ4年、大東流柔術20年

COMING SOON

伊藤 義浩

生年月日:1975年4月1日
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:ボクシング5年、キックボクシング1年、
空手3年

COMING SOON

古屋 謙一

生年月日:1986年12月13日
指導クラス:キックボクシング、グラップリング
総合格闘技
格闘技歴:総合各闘技15年