



【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

※マウススパリングに参加する場合は必ず
マウススipes、膝当て(キックの場合)、
ファールカップ(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す
る場合がございますので予めご了承ください。

※回転系の技、バック
フリップ、キャッチは禁止とします。



寺山 圭介

2001年7月1日(21)
指導:キックボクシング
格闘技歴:総合格闘技2年 筋トレ3年
格闘技で人生を楽しく!



安田 成

2001年2月10日(22)
指導:キックボクシング ボクシング
格闘技歴:フルコンタクト空手8年、ボクシング1年
楽しいレッスン!



清水優也

1999年11月28日(23)
指導:ボクシング・キックボクシング
格闘技歴:ボクシング5年
格闘技で健康に!



大泉 卓也

1983年12月8日(39)
指導クラス:キックボクシング フィジカル
格闘技歴:キックボクシング歴:14年
格闘技で心身の健康を