



# ★ファイティングラボ仙台 9月時間割★

JR「仙台駅」西口徒歩7分！2階と3階で合わせて50坪！ウェイト設備も充実！

まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 平日7:00～23:00 土曜12:00～18:00 日曜10:00～16:00(年中無休)

【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						
7	7:10 モーニングキック 小原★	7:10 モーニングキック 大泉★	7:10 モーニングキック 小原★	7:10 モーニングキック 小原★	7:10 モーニングキック 大泉★			7					
8	8:00 超初心者キックボクシング 小原★	8:00 超初心者キックボクシング 大泉★	8:00 超初心者キックボクシング 小原★	8:00 超初心者キックボクシング 小原★	8:00 超初心者キックボクシング 大泉★(無料体験)			8					
9	9:00 キックボクシング 小原★	9:00 キックボクシング 大泉★	9:00 キックボクシング 小原★	9:00 超初心者ボクシング 小原★	9:00 初心者ボクシング 大泉★			9					
10	10:00 ダイエットキック 小原★	10:00 ダイエットキック 大泉★	10:00 ダイエットキック 小原★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 小原★	10:00 ダイエットキック 大泉★		10:10 超初心者キック 小原★(体験)	10					
11	11:00 超初心者キックボクシング 小原★	11:00 超初心者キックボクシング 大泉★	11:00 超初心者キックボクシング 小原★	11:00 超初心者キックボクシング 小原★	11:00 超初心者キックボクシング 大泉★		12:00 open	11					
12	12:00 初心者キックボクシング 小原・安齋★(無料体験)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 初心者キックボクシング 小原★	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 初心者キックボクシング 大泉・安齋★(無料体験)	12:10 超初心者キック 高橋★(体験)	12:00	12					
13	13:00 超初心者キックボクシング 安齋★	13:00 超初心者キックボクシング 高橋★	13:00 超初心者キックボクシング 高橋★	13:00 超初心者キックボクシング 小原★	13:00 超初心者キックボクシング 高橋・安齋★(無料体験)	超初心者キック 鈴木&高橋★	ダイエットキック 鈴木・小原★	13					
14	ダイエットキック 鈴木★	超初心者キック 安齋★(体験)	14:00 超初心者キックボクシング 高橋★	14:00 超初心者キックボクシング 高橋★	14:00 初心者キックボクシング 小原★	14:00	14:00	14					
15	超初心者キック 鈴木★	ダイエットキック 安齋★(体験)	15:00 超初心者キックボクシング 高橋★	15:00 超初心者キックボクシング 高橋★	15:00 超初心者キックボクシング 小原★	15:00 超初心者キックボクシング 安齋・高橋★(無料体験)	ダイエットキック 鈴木・高橋★	初心者キックボクシング 小原・鈴木★	15				
16	ダイエットキック 鈴木★	超初心者キック 安齋★(体験)	16:00 ダイエットキック 高橋★	16:00 ダイエットキック 高橋★	16:00 ダイエットキック 鈴木★	16:00 ダイエットキック 安齋・高橋★(無料体験)	初心者キック 鈴木★	初級 キックスパー 高橋★	16				
17	初心者キックボクシング 鈴木・高橋★(無料体験)	17:00 ダイエットキック 高橋★	17:00 ダイエットキック 高橋★	17:00 初心者キックボクシング 鈴木・高橋★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 高橋★	ダイエットキック 鈴木・高橋★	15:50クラス終了 16:00close	17					
18	超初心者キックボクシング 高橋・安齋★(無料体験)	18:00 超初心者キックボクシング 小原・安齋★	初心者キック 鈴木★	ダイエットキック 安齋★(体験)	18:00 ダイエットキック 高橋・安齋★(無料体験)	初心者キック 鈴木★	超初心者キック 安齋★(体験)	18					
19	超初心者キック 高橋・鈴木★	ダイエットキック 安齋★(体験)	初級フィジカル 高橋★(体験)	ダイエットキック 安齋・小原★	初心者キック 鈴木・高橋★ (無料体験)	美脚トレーニング 安齋★ メンズフィジカル 安齋★	ダイエットキック 安齋・鈴木★	超初心者キック 高橋★ (無料体験)	初心者キック 鈴木・高橋★ (無料体験)	寝技初心者 安齋★(体験)	★2のキックスパー参加する方は ヒザ当て着用してください。	19	
20	超初心者キック 鈴木・高橋★ (無料体験)	寝技初心者 安齋★(体験)	ダイエット フィジカル 高橋★(体験)	超初心者キック 小原・安齋★	ダイエット キック 鈴木★	中級 フィジカル 高橋★	寝技 初心者 安齋★	初心者キック 鈴木・高橋★	初級 キックスパー 安齋★	超初心者 キック 鈴木★	ダイエット フィジカル 高橋★(体 験)	寝技 スパー 安齋★★	20
21	ダイエットキック 鈴木・高橋★ (無料体験)	寝技スパー 安齋★★	ダイエットキック 安齋★	キックスパー 高橋★★	超初心者 キック 鈴木★	初級ボクシング スパー 高橋★	寝技 スパー 安齋★★	ダイエットキック 鈴木・高橋★ (体験)	寝技初心者 安齋★(体験)	ダイエットキック 鈴木★	キックスパー 高橋・安齋★★	21	
22	初心者キック 鈴木・高橋★	総合クラス 安齋★★	初級 キックスパー 安齋・高橋★	ダイエットキック 鈴木・高橋★	総合クラス 安齋★★	初心者キック 鈴木・高橋★	寝技スパー 安齋★★	初心者キック 鈴木・高橋★	初心者キック 鈴木・高橋★	総合クラス 安齋★★	22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23		