



★ファイティングラボ大宮東口 9月時間割★

JR「大宮駅」徒歩4分！2018年12月1日オープン！
 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 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00 (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 伊藤麗★	7:10 モーニングキック 伊藤麗★	7:10 モーニングキック 伊藤麗★	7:10 モーニングキック 伊藤麗★	7:10 モーニングキック 伊藤麗★	※9/7(土)のみ 英会話クラス休講になります。 9:00 open 9:10 start		7					
8	8:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★	8:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★	8:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★			8					
9	9:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	9:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	9:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)			9					
10	10:00 ダイエットキック 伊藤麗★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 伊藤麗★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 伊藤麗★	10:00 ダイエットキック 伊藤麗★	10:00 ダイエットキック 伊藤麗★	超初心者キック 清水★(体験)	キック マスパバー 千葉明寛★	超初心者キック 鈴木快★(体験)	フリー&ミット 鈴木快	10			
11	11:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	11:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	11:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	11:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	11:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	ダイエットキック 千葉明寛★	フリー&ミット 清水	ダイエットキック 村山★		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	初心者キック 清水★(体験)	初級英会話 ドミニク★ (7日休講)	初心者キック 鈴木快★(体験)	初級英会話 ドミニク★	12			
13	13:00 ダイエットキック 伊藤麗★	13:00 ダイエットキック 伊藤麗★	13:00 ダイエットキック 伊藤麗★	13:00 ダイエットキック 伊藤麗★	13:00 ダイエットキック 伊藤麗★	ダイエットキック 千葉明寛★	日常英会話 ドミニク★ (7日休講)	ダイエットキック 村山★(体験)	日常英会話 ドミニク★	13			
14	14:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★(無料体験)	超初心者キック 清水★(体験)	フリー&ミット 千葉明寛	超初心者キック 鈴木快★(体験)	キック マスパバー 村山★★	14			
15	15:00 初心者キックボクシング 清水★	15:00 初心者キックボクシング 清水★	15:00 初心者キックボクシング 鈴木快★	15:00 初心者キックボクシング 千葉明寛★	15:00 初心者キックボクシング 清水★	ダイエットキック 千葉明寛★	キック マスパバー 清水★★	ダイエットキック 村山★	フリー&ミット 鈴木快	15			
16	16:00 ダイエットキック 清水★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 清水★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 鈴木快★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 清水★(無料体験)	ダイエットキック 清水★(体験)	キック マスパバー 千葉明寛★★	ダイエットキック 鈴木快★(体験)	キック マスパバー 村山★★	16			
17	17:00 超初心者キックボクシング 清水★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 清水★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 清水★(無料体験)	超初心者キック 千葉明寛★	フリー&ミット 清水	超初心者キック 村山★	フリー&ミット 鈴木快	17			
18	18:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	18:00 ダイエットキック YUKA★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 清水★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 池田★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close				18			
19	初心者キック 清水★(体験)	キック マスパバー 布施★★	初心者 キック 布施★	フリー&ミット 清水	初級英会話 ドミニク★	超初心者 キック 鈴木快★	キック マスパバー YUKA★★	初心者キック 千葉明寛★(体験)	キック マスパバー 清水★★	初心者キック 清水★(体験)	キック マスパバー 池田★★	※スパarring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。	19
20	超初心者 キック 布施★(体験)	フリー&ミット 清水	超初心者 キック 清水★(体験)	キックテクニク 布施★★	日常英会話 ドミニク★	キックテクニク YUKA★★	フリー&ミット 鈴木快	初心者キック 清水★(体験)	フリー&ミット 千葉明寛	超初心者 キック 池田★(体験)	フリー&ミット 清水	※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。	20
21	ダイエットキック 清水★(体験)	キックテクニク 布施★★	ダイエットキック 布施★(体験)	キック マスパバー 清水★★	ダイエットキック 鈴木快★(体験)	キック マスパバー YUKA★★	ダイエットキック 千葉明寛★(体験)	キック マスパバー 清水★★	ダイエットキック 清水★(体験)	キックテクニク 池田★★		21	
22	超初心者キック 布施★	キック マスパバー 清水★★	ダイエットキック 清水★	フリー&ミット 布施	ダイエットキック YUKA★	フリー&ミット 鈴木快	ダイエットキック 清水★	フリー&ミット 千葉明寛	超初心者キック 池田★	キック マスパバー 清水★★		22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close									23			