



# ★ファイティングラボ伊那箕輪 10月時間割★

駐車場完備！伊北インターから車で10分！

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】変動あり、下記ご確認ください。日曜・祭日休館

【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
				<b>9 : 00 open</b>			
9				9:00 ダイエットキック 田口★			
10				10:00 初心者ヨガ 田口★			
11							
12							
13							
		<b>14 : 00 open</b>			<b>14 : 00 open</b>		
14		14:00 ダイエットキック 田口★			14:00 初心者キックボクシング 田口★		
15		15:00 初心者ヨガ 田口★			15:00 初心者ヨガ 田口★		<b>休館日</b> <b>※日曜・祭日</b>
16							
17		17:00 フリートレーニング			17:00 フリートレーニング		
18		18:00キッズキックボクシング 田口	18:00 フリートレーニング	18:00 フリートレーニング	18:00キッズキックボクシング 田口		
19		19:00 初心者キックボクシング 田口★	19:00 初心者ボクシング 田口★	19:00 ダイエットキック(ミット)★ 護身術(セルフディフェンス)★	19:00 初心者キックボクシング 田口★	19:00 open 初心者キック 石津★	
20	20:00 ブラジリアン柔術 吉田★	20:00 ダイエットフィジカル キック・ボクシング ミット	20:00 初心者キック 田口★(40分) ブラジリアン柔術 吉田★	20:00 アシュタンガヨガ初心者 田口★	20:00 キックボクシング初中級★ ボクシング・キックスパー 田口★★	19:00 フリートレーニング	
21	21:30 クラス終了	21:25 クラス終了	21:30 クラス終了	21:30 クラス終了	21:30 クラス終了	21:30 クラス終了	