



★ファイティングラボ五反田 12月時間割★

JR「五反田駅」徒歩3分！2017年5月10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】月曜～金曜7:00～23:00 土曜12:00～18:00 日曜12:00～18:00(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 モーニングボクシング 長濱★	7:10 モーニングボクシング 鳥羽★	7:10 モーニングボクシング 鳥羽★	7:10 モーニングボクシング 菅★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 長濱★			7	
8	8:00 初心者ボクシング 長濱★	8:00 初心者ボクシング 鳥羽★	8:00 初心者ボクシング 鳥羽★	8:00 ダイエットボクシング 菅	8:00 初心者ボクシング 長濱★			8	
9	9:00 超初心者ボクシング 長濱★	9:00 超初心者ボクシング 鳥羽★	9:00 超初心者ボクシング 鳥羽★	9:00 超初心者ボクシング 菅★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 長濱★			9	
10	10:00 ダイエットボクシング 長濱★	10:00 ダイエットボクシング 鳥羽★	10:00 ダイエットボクシング 鳥羽★	10:00 ダイエットボクシング 菅★	10:00 ダイエットボクシング 長濱★			10	
11	11:00 超初心者ボクシング 長濱★	11:00 超初心者ボクシング 鳥羽★	11:00 超初心者ボクシング 鳥羽★	11:00 初心者ボクシング 菅★	11:00 超初心者ボクシング 長濱★			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	12:00 open		12	
13	13:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 松本★	13:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	13:00 超初心者ボクシング 菅★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	初級グループ キック ★重吉	フリー&ミット 菱沼★	13:00 初級グループボクシング 工藤洋平★Ami	
14	14:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	14:00 超初心者ムエタイ 松本★	14:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 菅★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	ダイエット ボクシング 菱沼★	フリー&ミット 重吉★	14:00 ハタヨガ Ami★工藤洋平	
15	15:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 松本★	15:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	ダイエットキック 重吉★	フリー&ミット 菱沼★	15:00 ダイエットキック 工藤洋平★	
16	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 松本★	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 菅★	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	ダイエット ボクシング 菱沼★	フリー&ミット 重吉★	16:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	
17	17:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 松本★	17:00 超初心者ボクシング 杉山★	17:00 超初心者キックボクシング 久保★	17:00 超初心者キックボクシング 石谷★	ダイエットキック 重吉★	フリー&ミット 菱沼★	17:00 マスボクシング 工藤洋平★★	
18	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定()	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(松本)	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(杉山)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(久保)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(工藤洋平)	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	19:00 初級グループボクシング 石谷★	19:00 初級グループボクシング 村山★	初級グループ ボクシング ★杉山	フリー&ミット 村山★	19:00 初級グループキック 久保★	19:00 初級グループボクシング 工藤洋平★	※スパリング、マスクラス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。		
20	20:00 ダイエットキック 石谷★	超初心者 ムエタイ 松本★	マスボクシング 村山★★	ダイエット ボクシング 杉山★	マスボクシング 杉山★★	20:00 ダイエットキック 久保★	20:00 ダイエットキック 工藤洋平★	※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。	
21	21:00 初心者ボクシング 石谷★(無料体験)	初心者 ボクシング 村山★	フリー&ミット 松本★	初心者 ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 村山★	21:00 初心者キックボクシング 久保★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 工藤洋平★(無料体験)		
22	22:00 ダイエットキック 石谷★	22:00 ダイエットボクシング 村山★	マスボクシング 村山★★	ダイエット ボクシング 杉山★	22:00 キックマススパー 久保★★	22:00 マスボクシング 工藤洋平★★			
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23