



★ファイティングラボ松本 12月時間割★

JR「松本駅」徒歩8分！市街中心地で好立地！

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。

【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	
9							10: 00 open	9
10						10:00 自主トレーニング スパーリング禁止		10
11								11
12							※日曜14:00～17:00 フリートレーニング可能	12
13								13
	14 : 00 open	14 : 00 open	14 : 00 open	14 : 00 open	14 : 00 open	14 : 00 open	14 : 00 open	
14	14:00 ダイエットキック 田口★	14:00 初心者ボクシング 清沢★	14:00 初心者ボクシング 清澤★	14:00 ダイエットボクシング 清沢★	14:00 初心者ボクシング 清澤★	14:00 ダイエットボクシング 清沢★	14:00 初心者ボクシング 清澤★	14
15	15:00 初心者ヨガ 田口★	15:00 初心者キックボクシング 清沢★	15:00 ダイエットキック 清澤★	15:00 初心者キックボクシング 清澤★	15:00 ダイエットキック 清澤★	15:00 初心者キックボクシング 清澤★	15:00 初心者キックボクシング 清澤★	15
16	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16
17	17:00 初心者キックボクシング 田口★	17:00 キックミット 清澤★	17:00 ボクシングミット 清澤★	17:00 キックミット 清澤★	17:00 ボクシングミット 清澤★	17:00 キックボクシングミット 清澤★	17:00 クラス終了	17
18	18:00 キッズキック(小学生) 田口★	18:00 初心者ボクシング 清澤★	18:00 キッズキック(小学生) 清澤★	18:00 キッズキック(小学生) 清澤★	18:00 キッズキック(小学生) 清澤★	18:00 初心者ボクシング 清澤★		18
19	19:00 初心者ボクシング 田口★	寝技初心者 黒岩★	初心者キック 清澤★	19:00 初心者ボクシング 清澤★	19:00 初心者ボクシング 三澤★	19:00 初心者キックボクシング 清澤★	19:00 初心者キックボクシング 清澤★	19
20	20:00 キック・ボクシング初中級★ 20:30ボクシング・キックスバー★★	柔術初心者 黒岩★	キック・ボクシング 初中級 清澤★	20:00 キック・ボクシング初中級★ 20:45 初心者総合格闘技	20:00 キック・ボクシング初中級★ 20:30ボクシング・キックスバー★★	20:00 キック・ボクシング初中級★ 20:30ボクシング・キックスバー★★	20:00 キック・ボクシング初中級 清澤★	20
21	21:00 クラス終了	寝技スパーリング★★		小林★★	21:00 クラス終了	21:00 クラス終了	21:30 クラス終了	21
		21:30 クラス終了	21:30 クラス終了				21:30 クラス終了	