



★ファイティングラボ仙台 3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 モーニングボクシング 相澤 国之★	7:10 モーニングキックボクシング 大泉 卓也★	7:10 モーニングキックボクシング 大泉 卓也★	7:10 モーニングキックボクシング 佐々木 康博★	7:10 モーニングキックボクシング 大泉 卓也★			7					
8	8:00 初心者ボクシング 相澤 国之★	8:00 超初心者キックボクシング 大泉 卓也★	8:00 超初心者キックボクシング 大泉 卓也★	8:00 超初心者キックボクシング 佐々木 康博★	8:00 超初心者キックボクシング 大泉 卓也★			8					
9	9:00 ダイエットボクシング 相澤 国之★	9:00 初心者キックボクシング 大泉 卓也★	9:00 初心者キックボクシング 大泉 卓也★	9:00 超初心者ボクシング 佐々木 康博★	9:00 初心者ボクシング 大泉 卓也★			9					
10	10:00 超初心者ボクシング 相澤 国之★	10:00 ダイエットキックボクシング 大泉 卓也★	10:00 ダイエットキックボクシング 大泉 卓也★	10:00 ダイエットキックボクシング 佐々木 康博★	10:00 ダイエットキックボクシング 大泉 卓也★		10:00 open	10					
11	11:00 初心者ボクシング 相澤 国之★	11:00 超初心者キックボクシング 大泉 卓也★	11:00 超初心者キックボクシング 大泉 卓也★	11:00 超初心者キックボクシング 佐々木 康博★	11:00 超初心者キックボクシング 大泉 卓也★			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 ダイエットボクシング 相澤 国之★	12:00 超初心者キックボクシング 大泉 卓也★	12:00 超初心者キックボクシング 佐々木 康博★	12:00 超初心者キックボクシング 大泉 卓也&安齋 厚★	12:10 初心者キックボクシング 高橋 進任★(体験)		12					
13	13:00 初心者ボクシング 相澤 国之★	13:00 超初心者ボクシング 相澤 国之&高橋 進任★	13:00 超初心者キックボクシング 高橋 進任★	13:00 初心者キックボクシング 佐々木 康博★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 高橋 進任&安齋 厚★(体験)	超初心者キックボクシング 佐々木 康博&長岡 雅志★		13					
14	14:00 超初心者ボクシング 相澤 国之&安齋 厚(体験)★	超初心者 ボクシング 相澤 国之★	初級ボクシングマスパ 相澤 国之&高橋 進任(体験者限定) ★	14:00 初心者キックボクシング 安齋 厚(体験)★	14:00 初心者キックボクシング 高橋 進任&安齋 厚★(体験)	14:00 初級ボクシング 相澤 国之★	ボディメイク 佐々木 康博 (2F)	14					
15	15:00 超初心者キックボクシング 安齋 厚&相澤 国之★	15:00 超初心者キックボクシング 高橋 進任&相澤 国之★	15:00 超初心者キックボクシング 高橋 進任(体験)★	15:00 超初心者キックボクシング 安齋 厚★	15:00 超初心者キックボクシング 安齋 厚&高橋 進任★(体験)	ダイエット キックボクシング 佐々木 康博&長岡 雅志 &高橋 進任★	初級キック マスパ 相澤 国之★	15					
16	16:00 ダイエットキックボクシング 安齋 厚★	16:00 初心者ボクシング 相澤 国之&高橋 進任(体験)★	16:00 超初心者ボクシング 相澤 国之&高橋 進任★	16:00 ダイエットキックボクシング 安齋 厚★	16:00 ダイエットキックボクシング 安齋 厚&高橋 進任★(体験)	超初心者 キックボクシング 佐々木 康博(無料体験)	初級キック マスパ 高橋 進任★	16					
17	17:00 初心者キックボクシング 高橋 進任★	17:00 ダイエットキックボクシング 高橋 進任&相澤 国之&安齋 厚★	17:00 ダイエットキックボクシング 高橋 進任&安齋 厚★	超初心者 ボクシング 相澤 国之★	17:00 初心者キックボクシング 高橋 進任&相澤 国之★	17:00 ダイエットキックボクシング 佐々木 康博&長岡 雅志&高橋 進任★		17					
18	18:00 超初心者キックボクシング 佐々木 康博&高橋 進任&安齋 厚★(体験)	18:00 超初心者キックボクシング 安齋 厚&佐々木 康博(体験)★	超初心者 ボクシング 相澤 国之★	18:00 ダイエットキックボクシング 高橋 進任&安齋 厚&相澤 国之★(体験)	18:00 超初心者キックボクシング 安齋 厚&相澤 国之(体験)★	17:50クラス終了 18:00close		18					
19	超初心者 キックボクシング 佐々木 康博★	初級 キックボクシング 高橋 進任★	ダイエット キックボクシング 安齋 厚★(体験)	初級フィジカル 高橋 進任★	超初心者キックボクシング 佐々木 康博&安齋 厚★ (無料体験)	超初心者キックボクシング 相澤 国之★ (無料体験)	美脚トレーニング 安齋 厚★	超初心者キックボクシング 安齋 厚&相澤 国之★ (無料体験)	超初心者キック ボクシング 高橋 進任★ (無料体験)	超初心者 ボクシング 相澤 国之★	初級キック テクニク 高橋 進任★	寝技 初心者 安齋 厚★	19
20	超初心者 キックボクシング 佐々木 康博&高橋 進任★ (無料体験)	寝技初心者 安齋 厚★(体験)	ダイエット フィジカル 高橋 進任★(体験)	超初心者キックボクシング 佐々木 康博&安齋 厚★	超初心者 ボクシング 相澤 国之★	初級 フィジカル 高橋 進任 ★★	寝技 初心者 安齋 厚★	超初心者 ボクシング 相澤 国之★	初級 キックマスパ 安齋 厚&高橋 進任★	上級者 ボクシング 相澤 国之★	ダイエット フィジカル 高橋 進任★ (体験)	寝技 スパ 安齋 厚 ★★	20
21	初級 キックマスパ 高橋 進任&相澤 国之★	寝技スパ 安齋 厚★★	ダイエット キックボクシング 佐々木 康博★	中級キック マスパ 高橋 進任&安齋 厚★★	初級 ボクシング マスパ 相澤 国之&高橋 進任★	中級 ボクシング 高橋 進任★	寝技 スパ 安齋 厚 ★★	キックボクシングフィジカル 高橋 進任&相澤 国之★ (無料体験)	寝技初心者 安齋 厚★(体験)	中級キック マスパ 高橋 進任&安齋 厚★★	超初心者 ボクシング 相澤 国之★		21
22	初心者キックボクシング 佐々木 康博&高橋 進任★	中級者総合 安齋 厚★★	初心者キックボクシング★ 佐々木 康博	初級キック マスパ 安齋 厚&高橋 進任★	ダイエット キックボクシング 相澤 国之&高橋 進任★	中級者総合 安齋 厚★★	超初心者ボクシング★ 相澤 国之&高橋 進任	寝技スパ 安齋 厚★★	初心者キックボクシング★ 相澤 国之&高橋 進任	中級者総合 安齋 厚★★			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23		

※スパークラスは、必ずマウスピース・ヒザ当てを着用してください。