



# ★ファイティングラボ新座AKZA 3月時間割★

JR「新座駅」から徒歩5分！2019年5月1日よりリニューアルオープン！  
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 9:00～23:00 土曜12:00～21:00 日曜12:00～18:00

【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
8								8
9	9:10 ダイエットキックボクシング 布施 元也★(無料体験)	9:10 ダイエットキックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	9:10 ダイエットキックボクシング 布施 元也★(無料体験)	9:10 ダイエットキックボクシング 布施 元也★(無料体験)	9:10 ダイエットキックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	※マンスパーリング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。  ※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 参加をお断りする場合がございますので 予めご了承ください。		9
10	10:00 初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)			10
11	11:00 超初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)			11
12	12:00 初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	12:00 初心者キックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:10 ダイエットキックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	12:10 キックボクシング無料体験 布施 元也★	12
13	13:00 ダイエットキックボクシング 布施 元也★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 布施 元也★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 布施 元也★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 布施 元也★(無料体験)	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	14:00 中級キックマンスパーリング 藤木 龍一郎★★	14:00 初心者ムエタイ 布施 元也★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 布施 元也★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	15:00 初心者総合 藤木 龍一郎&高橋 孝徳★	15:00 初級キックテクニック 布施 元也★	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 布施 元也★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 菅原 麻子★(無料体験)	16:00 中級者総合 藤木 龍一郎&高橋 孝徳★★	16:00 中級キックテクニック 布施 元也★★	16
17	17:00 キックボクシング無料体験 藤木 龍一郎★	17:00 キックボクシング無料体験 藤木 龍一郎★	17:00 キックボクシング無料体験 藤木 龍一郎★	17:00 キックボクシング無料体験 藤木 龍一郎★	17:00 キックボクシング無料体験 菅原 麻子★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	17:00 中級キックマンスパーリング 布施 元也★★	17
18	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 ダイエットキックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 キックボクシング無料体験 藤木 龍一郎★	18:00close	18
19	19:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	19:00 自由練習&ミット2R 小泉 慶嗣&端 貴代★	19:00 上級者総合 網 潤太郎&高橋 孝徳★★★		19
20	初心者総合 網 潤太郎★	初心者キックボクシング(体験) 藤木 龍一郎★	寝技初心者 網 潤太郎★	初心者キックボクシング(体験) 藤木 龍一郎★	20:00 中級キックマンスパーリング 藤木 龍一郎★★	20:00 初心者キックボクシング 藤木 龍一郎★(無料体験)	20:00 中級キックマンスパー 小泉 慶嗣&端 貴代★	20
21	21:00 中級者総合 藤木 龍一郎&網 潤太郎★★	21:00 寝技スパーリング 藤木 龍一郎&網 潤太郎★★	21:00 柔術初心者 藤木 龍一郎★(無料体験)	21:00 中級キックテクニック 高橋 孝徳&藤木 龍一郎★★	21:00 柔術初心者 小島 健史★(無料体験)	21:00 close		21
22	22:00 自由練習&ミット2R 藤木 龍一郎★	22:00 自由練習&ミット2R 藤木 龍一郎★	22:00 柔術スパーリング 藤木 龍一郎★★	22:00 中級キックマンスパーリング 高橋 孝徳&藤木 龍一郎★★	22:00 柔術スパーリング 小島 健史★★★			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23