



★ファイティングラボ五反田 6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】平日7:00～22:00 日曜12:00～18:00(土曜休館)

【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
7	7:10 モーニングボクシング 長濱 陸★	7:10 モーニングボクシング 鳥羽 潤★	7:10 モーニングボクシング 杉山 功一★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 菅 龍太郎★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 長濱 陸★	★"中継あり"と記載された時間はオンラインでも ご視聴いただけます。 ※定点カメラをインストラクターのみが映るように設置いたしますが、 ご参加いただいている会員様が映り込んでしまう 可能性もございます。あらかじめご了承ください。	7
8	8:00 初心者ボクシング 長濱 陸★	8:00 初心者ボクシング 鳥羽 潤★	8:00 初心者ボクシング 杉山 功一★(無料体験)	8:00 ダイエットボクシング 菅 龍太郎★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 長濱 陸★		8
9	9:00 超初心者ボクシング 長濱 陸★	9:00 超初心者ボクシング 鳥羽 潤★	9:00 超初心者ボクシング 杉山 功一★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 菅 龍太郎★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 長濱 陸★	※ヨガクラスの時間帯はサン ドバック打ち、ミット打ちなど の大きな音の出るトレーニ ングはご遠慮下さいますようお ます。 12:00 open 12:10 キックボクシング無料体験限定 工藤 洋平★ 13:00 初心者ボクシング 工藤 洋平★ 14:00 初心者キックボクシング 工藤 洋平★ 15:00 ダイエットボクシング 工藤 洋平★ 16:00 ヨガ Ami★ 17:00 ヨガ Ami★ ラス終了 18:00close ※マスク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。※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。	9
10	10:00 ダイエットキックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 鳥羽 潤★	10:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	10:00 ダイエットボクシング 菅 龍太郎★	10:00 ダイエットボクシング 長濱 陸★		10
11	11:00 超初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★	11:00 超初心者キックボクシング 菱沼 郷★	11:00 超初心者ボクシング 杉山 功一★	11:00 初心者ボクシング 菅 龍太郎★	11:00 超初心者ボクシング 長濱 陸★		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
13	13:00 ダイエットキックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	13:00 ダイエットフィジカル 菱沼 郷★ 13:30 30分ボクシング 菱沼 郷★	13:00 ダイエットキックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	13:00 超初心者ボクシング 菅 龍太郎★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)		13
14	14:00 超初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★(体験)(中継あり)	14:00 超初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 菅 龍太郎★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)		14
15	15:00 初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	15:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷★	15:00 初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 菅 龍太郎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)		15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 菅 龍太郎★	16:00 ダイエットキックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)		16
17	17:00 超初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★(無料体験)	17:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷★	17:00 超初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★(中継あり)	17:00 超初心者ボクシング 菅 龍太郎★	17:00 超初心者キックボクシング 石谷 隆嘉★		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 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 フリートレーニング インストラクター不在		18
19	19:00 初心者キックボクシング 工藤 洋平★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 松本 純★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 久保 一平★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 工藤 洋平★(無料体験)	19:00 初心者ボクシング 菅 龍太郎★(無料体験)		19
20	20:00 ダイエットボクシング 工藤 洋平★	20:00 ダイエットキックボクシング 松本 純★	20:00 ダイエットキックボクシング 久保 一平★	20:00 ダイエットボクシング 工藤 洋平★	20:00 ダイエットボクシング 菅 龍太郎★	20	
21	21:00 フィジカルトレーニング 工藤 洋平★	21:00 初心者キックボクシング 松本 純★	21:00 初心者キックボクシング 久保 一平★	21:00 初心者キックボクシング 工藤 洋平★	21:00 初心者ボクシング 菅 龍太郎★	21	
22	21:50クラス終了 22:00 close						22
23							23

**休館日
(徹底消毒日)**