



# ★ファイティングラボ新潟 7月時間割★

JR「新潟駅」から徒歩5分！ 2019年4月10日オープン！

まるまる0円無料プラン！ 入会金無料！ 月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 平日9:00～22:00 土曜12:00～18:00 日曜休館日

【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						※新型コロナウイルス感染予防の為、原則お一人様1時間の練習とさせていただきます。(1クラス45分間) ※また、人数制限10名までとさせていただきます。予約は不要ですが、万が一一定員に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。	7
8							※(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致しますが、ご参加頂いている会員様が映り込む可能性があります。予めご了承ください。
<b>9:00 open</b>							
9	9:10 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(体験)(中継あり)		9
10	10:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(体験)(中継あり)	10:00 ダイエットキックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)		10
11	11:00 初心者ボクシング 桑原 瞳★(体験)(中継あり)	11:00 初心者ボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 小林 孝秀★(無料体験)		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	12:10 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(体験)(中継あり)	12
13	13:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	14
15	15:00 初級フィジカル 桑原 瞳★(無料体験)	15:00 初級フィジカル 小林 孝秀★(体験)(中継あり)	15:00 初級フィジカル 桑原 瞳★(無料体験)	15:00 初級フィジカル 小林 孝秀★(無料体験)	15:00 初級フィジカル 桑原 瞳★(無料体験)	15:00 初級フィジカル 小林 孝秀★(無料体験)	15
16	16:00 初心者キックボクシング 桑原 瞳★	16:00 初心者キックボクシング 桑原 瞳★	16:00 初心者キックボクシング 桑原 瞳★	16:00 初心者キックボクシング 小林 孝秀★	16:00 初心者キックボクシング 桑原 瞳★	16:00 ダイエットキックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	16
17	17:00 キックボクシング無料体験 小林 孝秀★	17:00 キックボクシング無料体験 桑原 瞳★	17:00 キックボクシング無料体験 小林 孝秀★	17:00 キックボクシング無料体験 小林 孝秀★	17:00 キックボクシング無料体験 桑原 瞳★	17:00 キックボクシング無料体験 小林 孝秀★	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	17:50 クラス終了18:00 close	18
19	19:00 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	打撃ありのスパarringに参加する場合は、マウスピースと膝あてをご持参ください。  持っていない場合、参加をお断りする場合がございます。	19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	20:00 柔術初心者 小林 孝秀★	20:00 ダイエットキックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)		20
21	21:00 初心者総合 小林 孝秀★	21:00 レディース柔術 桑原 瞳★	21:00 柔術スパarring 小林 孝秀★	21:00 寝技初心者 小林 孝秀★	21:00 自由練習 桑原 瞳★	21	
22	21:50 クラス終了 22:00 close						22
23							23

休館日  
(徹底消毒日)

※レディースは  
女性インストラクター  
による女性限定  
クラスです。