★ファイティングラボ新潟　8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						※新型コロナウィルス感染予防の為、原則お一人様1時間の練習とさせて頂きます。（1クラス45分間） ※また、人数制限10名までとさせて頂きます。予約は不要ですが、万が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。	※(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。	7
8	9:00 open							8
9	9:10キック STEPUPクラス 桑原 瞳★	9:10キック STEPUPクラス 小林 孝秀★	9:10 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★(無料体験)	9:10キック STEPUPクラス 桑原 瞳★	9:10 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(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キック STEPUPクラス 桑原 瞳★	10:00 30分有酸素リズム 桑原★ ダイエットキック 桑原★	10:00キック STEPUPクラス 小林 孝秀★			10
11	11:00 初心者ボクシング 桑原 瞳★(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)	12:00 open		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★(中継あり)	休館日（徹底消毒日）	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キック STEPUPクラス 小林 孝秀★	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キック STEPUPクラス 桑原 瞳★		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キック STEPUPクラス 桑原 瞳★	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キック STEPUPクラス 桑原 瞳★	15:00 初級フィジカル 小林 孝秀★(中継あり)	15:00 初級フィジカル 桑原 瞳★(無料体験)	16:00キック STEPUPクラス 小林 孝秀★	15:00キック STEPUPクラス 桑原 瞳★	15:00 自由練習 小林 孝秀★		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)	※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。	16
17	17:00 キック無料体験者優先クラス 小林 孝秀★	17:00 キック無料体験者優先クラス 桑原 瞳★	17:00 キック無料体験者優先クラス 小林 孝秀★	17:00 キック無料体験者優先クラス 小林 孝秀★	17:00 キック無料体験者優先クラス 桑原 瞳★	17:00 キック無料体験者優先クラス 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	17:45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)	打撃ありのスパーリングに参加する場合は、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 柔術スパーリング 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	21:45 クラス終了　22:00 close							22
23								23