



# ★ファイティングラボ新潟 9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							
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★	※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。	
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★		9
11	11:00 初心者ボクシング 桑原 瞳★	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)		10
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		11
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)	12:00 open	
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)	12:10 超初心者キックボクシング 桑原 瞳★	
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★	15:00 初級フィジカル 桑原 瞳★(無料体験)	15:00キック STEPUPクラス 小林 孝秀★	15:00キック STEPUPクラス 桑原 瞳★	13:00キック STEPUPクラス 桑原 瞳★	
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★	14:00 超初心者キックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	
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★	15:00 自由練習 小林 孝秀★	
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	16:00 ダイエットキックボクシング 小林 孝秀★(無料体験)	<b>休館日                      (徹底消毒日)</b>  ※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。
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)	17:00 キック無料体験者優先クラス 小林 孝秀★	
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)	17:45クラス終了18:00 close	
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★	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。	
22	21:45 クラス終了 22:00 close						
23							