



★ファイティングラボ伊那箕輪 12月時間割★

駐車場完備！伊北インターから車で10分！

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】変動あり、下記ご確認ください。日曜・祭日休館

【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		
14		14:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★		15:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★	14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦★	14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦★	<p style="text-align: center;">休館日 (徹底消毒日)</p> <p>※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12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。</p>	14	
15		15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★		15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★	15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★	15:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★		15	
16		16:00 フリートレーニング インストラクター不在		16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	中級キック マススパーリング 田口 康彦★		16	
17		初心者キック ボクシング 田口 康彦★	18 : 00 open	ダイエット ボクシング 田口 康彦★	初心者キック ボクシング 田口 康彦★	17:00 フリートレーニング インストラクター不在		17	
18		キッズキック ボクシング 田口 康彦★		初心者キック ボクシング 田口 康彦★	初心者 ボクシング 田口 康彦★	キッズキック ボクシング 田口 康彦★		初心者 ボクシング 石津 豊★	18
19	20 : 00 open	初心者キック ボクシング 田口 康彦★	自由練習 (~21:30まで可)	初心者 キックボクシング 護身術 田口 康彦★	初心者キック ボクシング 田口 康彦★	初心者キック ボクシング 石津 豊★		自由練習	19
20	20:00 柔術テクニック 吉田 憲司★	フィジカル 田口 康彦 中級キック マススパーリング 田口 康彦★★	ダイエットキック 田口 康彦★	柔術テクニック 吉田 憲司★	20:00 アシュタンガヨガ初心者 田口 康彦★	中級キック マススパーリング 田口 康彦★★		中級キック 石津 豊★★	20
21	寝技スパーリング 吉田 憲司★★		寝技スパーリング 吉田 憲司★★					21	
21:30 クラス終了									