



# ★ファイティングラボ伊那箕輪 7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 ※★初心者向けクラスは全て無料体験可能です！！

	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★(無料体験)		14:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦★(無料体験)		14	
15		15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★(無料体験)		15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★(無料体験)	15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★(無料体験)	15:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★(無料体験)		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	初回体験者限定キックボクシング 田口 康彦★	<p style="text-align: center;"><b>休館日 (徹底消毒日)</b></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。 ※キッズクラス、ヨガクラスは自主トレ禁止です。</p>	16	
17		初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	<b>18 : 00 open</b> 自由練習 (~21:30まで可)	体験者限定キックボクシング 田口 康彦★	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	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★(体験)		初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	自由練習	レディースキックボクシング 田口 康彦★(体験)		初心者キックボクシング 石津 豊★(体験)	18
19	20 : 00 open	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)		自由練習	初心者キックボクシング 田口 康彦★(体験)	自由練習		初心者キックボクシング 石津 豊★(体験)	19
20	20:00 柔術テクニック 吉田 憲司★(無料体験)	フィジカル 田口 康彦		レディースダイエットキックボクシング 田口 康彦★(体験)	柔術テクニック 吉田 憲司★(体験)	20:00 アシュタンガヨガ初心者 田口 康彦★(無料体験)		中級キックボクシング 田口 康彦★★	20
21	寝技スパーリング 吉田 憲司★★	中級キックボクシング 田口 康彦★★		寝技スパーリング 吉田 憲司★★			中級キックボクシング 石津 豊★★	21	
21:15 クラス終了									