



# ★ファイティングラボ仙台花京院 8月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 7:00~18:00 日曜 7:00~18:00(年中無休) 祝日 7:00~18:00

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

【クラス強度】♥運動不足の方 ♥♥心拍数を上げたい方 ♥♥♥選手向け

【クラス分類】 ■ボクシング ■キックボクシング ■柔術・寝技 ■総合格闘技 ■その他

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜			
7	キックボクシング (自主練習&ミットR) 清水優也 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 大泉卓也 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 清水優也 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 大泉卓也 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 大泉卓也 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 安田 成 難易度★強度♥	7		
8	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 清水優也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 清水優也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 安田 成 難易度★強度♥	8		
9	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清水優也 難易度★強度♥	フィジカルトレーニング(初心者) 大泉卓也 難易度★強度♥♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清水優也 難易度★強度♥	フィジカルトレーニング(初心者) 大泉卓也 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 ヒラツカ 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 安田 成 難易度★強度♥	9		
10	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清水優也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清水優也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 安田 成 難易度★強度♥	10		
11	キックボクシング(初心者) 清水 優也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 清水 優也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 大泉卓也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 成 難易度★強度♥	11		
12	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	12		
13	キックボクシング (マ斯巴レーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 安田成 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 安田成 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 安田 成 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 寺山圭介 難易度★強度♥	13		
14	ボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験」 安田成 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験」 安田成 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田成 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 成 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 寺山圭介 難易度★強度♥	14		
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 寺山圭介 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴レーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (初心者) 安田成 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴レーリング) 安田成 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マ斯巴レーリング) 安田 成 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥	15		
16	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (マ斯巴レーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マ斯巴レーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	16		
17	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (自主練習&ミットR) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 寺山圭介 難易度★強度♥	17		
18	キックボクシング (初心者) ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田成 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥	17:45class ends 18:00close		18		
19	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田成 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 寺山圭介 難易度★強度♥	※マ斯巴レーリングに参加する場合は必ずマウスピース、 顔当て(キックの場合)、ファールカップ(キックの場合) を着用してください。 ※力任せに攻撃をする方や、インストラクターに指示に 従わない方の参加はお断りさせていただきます。 ※同級生の後、バックブロー、キック等は禁止します。 ※ミット1Rと記載があるクラスは3人以下の場合のみ。 ※8/12(月)7:00~18:00 祝日営業		19		
20	キックボクシング (ダイエット) ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥	一キ柔術 (初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥					20
21	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング (マ斯巴レーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	総合格闘技 (初心者) 安田成 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング (マ斯巴レーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥					
22	キックボクシング (自主練習&ミットR) ヒラツカ 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 寺山圭介 難易度★強度♥	総合格闘技 (マ斯巴レーリング) 安田成 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 寺山圭介 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 寺山圭介 難易度★強度♥					
23	22:45class ends		23:00 close					23		

# ファイティングラボ仙台花京院 インストラクター紹介

店舗代表 寺山 圭介

ミット持ちNo.1  
2001年7月1日(23)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:  
日曜13:00~18:00、月曜13:00~16:00、火曜13:00~23:00  
木曜18:00~23:00、金曜18:00~23:00、土曜13:00~18:00  
格闘技歴:総合格闘技  
一言:格闘技で健康に!



店舗SNS

X

Facebook Instagram

TikTok

YouTube

LINE@



安田 成

笑顔No.1  
2001年2月10日(23)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング、総合格闘技  
指導時間:  
水曜13:00~23:00、木曜日13:00~16:00  
金曜日13:00~16:00、日曜7:00~12:00  
格闘技歴:空手8年、ボクシング1年  
一言:楽しいレッスン



ヒラツカ

クラス満足度No.1  
2000年6月14日(24)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
月曜18:00~23:00、土曜日7:00~12:00  
格闘技歴:キックボクシング  
一言:気持ちのいい毎日を



大泉 卓也

美脚No.1  
1983年12月8日(40)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
火曜7:00~12:00、木曜7:00~12:00  
金曜7:00~12:00  
格闘技歴:キックボクシング14年  
一言:格闘技で心身の健康を



清水 優也

優しさNo.1  
1999年11月28日(24)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:  
月曜7:00~12:00、水曜7:00~12:00  
格闘技歴:ボクシング  
一言:格闘技で健康に!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net