



★ファイティングラボ仙台花京院 11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) 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) 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) 安田成 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」 ヒラツカ 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」 安田成 難易度★強度♥ミットなし	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♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田成 難易度★強度♥ミットなし	8	
9	ボクシング(初心者) 「無料体験」 ヒラツカ 難易度★強度♥ミット1R	フィジカルトレーニング(初心者) 大泉卓也 難易度★強度♥♥ミットなし	ボクシング(初心者) 「無料体験」 安田成 難易度★強度♥ミットなし	フィジカルトレーニング(初心者) 大泉卓也 難易度★強度♥♥ミットなし	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♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 安田成 難易度★強度♥ミット1R	9	
10	キックボクシング(ダイエット) ヒラツカ 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) 「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」 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♥ミットなし	キックボクシング(ダイエット) 安田成 難易度★強度♥♥ミット1R	10	
11	キックボクシング(初心者) ヒラツカ 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) 寺山圭介 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♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥ミット1R	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 (マ斯巴ールリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 菅原大翔 難易度★強度♥ミット1R	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) ヒラツカ 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♥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♥ミット1R	13	
14	ボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング 「無料体験」 菅原大翔 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田成 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ヒラツカ 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(ダイエット) 寺山圭介 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥ミット1R	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 (マ斯巴ールリング) 菅原大翔 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング(初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (マ斯巴ールリング) 安田成 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴ールリング) ヒラツカ 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥ミットなし	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 (マ斯巴ールリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴ールリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	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) 寺山圭介 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 菅原大翔 難易度★強度♥ミット1R	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 (コンビネーションミット) 安田成 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 寺山圭介 難易度★強度♥ミット1R	17:45class ends 18:00close		18	
19	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 菅原大翔 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♥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♥ミットなし	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			19	
20	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 菅原大翔 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(ダイエット) 寺山圭介 難易度★強度♥♥ミット1R	ノーキ柔術(初心者) 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♥ミットなし	<p>※マ斯巴ール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 応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。 ※11/4(月)7:00~18:00 祝日営業</p>		20	
21	キックボクシング (マ斯巴ールリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴ールリング) 菅原大翔 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 寺山圭介 難易度★強度♥ミットなし	総合格闘技(初心者) 安田成 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴ールリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R				
22	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) 菅原大翔 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 (スパーリング) 安田成 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	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♥			22	
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11:00~18:00、月曜13:00~23:00、水曜11:00~23:00
、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7:00~11:00、木曜日 13:00~23:00
日曜7:00~11:00
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7:00~12:00 金曜13:00~18:00、土曜日 7:00~12:00
格闘技歴:キックボクシング4年
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



菅原 大翔

身長No.1
2002年1月22日(23)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
火曜 13:00~23:00
格闘技歴:空手5年、ボクシング3年
一言:楽しい毎日を送る為に...

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net