



★ファイティングラボ仙台花京院 12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) 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) 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」 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」 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」 安田 成 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▼♥	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▼♥	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) ヒラツカ 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (初心者) 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) 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	ボクシング(初心者) (ダイエット) 安田 成 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「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) 安田 成 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) 安田 成 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 (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) 安田 成 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 (マスパーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	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) 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▼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」 安田 成 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	フィジカルトレーニング (初心者) 寺山圭介 難易度★強度▼♥	キックボクシング (マスパーリング) 菅原大翔 難易度★★★強度♥♥♥	フィジカルトレーニング (初心者) 寺山圭介 難易度★強度▼♥	キックボクシング (マスパーリング) 安田 成 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マスパーリング) 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▼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 (マスパーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マスパーリング) 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 (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) 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	<p>※マスパーリングに参加する場合は必ずマウスピース、 臍当て(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。 ※回転系の技、バックブロー、キックは禁止とします。 ※ミット1Rと記載があるクラスは3人以下の場合のみ。 ※年末年始営業時間:12/31-1/2 休館日 1/3 7:00-18:00</p>		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>※マスパーリングに参加する場合は必ずマウスピース、 臍当て(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。 ※回転系の技、バックブロー、キックは禁止とします。 ※ミット1Rと記載があるクラスは3人以下の場合のみ。 ※年末年始営業時間:12/31-1/2 休館日 1/3 7:00-18:00</p>		20
21	キックボクシング (マスパーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マスパーリング) 菅原大翔 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	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 (マスパーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥					<p>※マスパーリングに参加する場合は必ずマウスピース、 臍当て(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。 ※回転系の技、バックブロー、キックは禁止とします。 ※ミット1Rと記載があるクラスは3人以下の場合のみ。 ※年末年始営業時間:12/31-1/2 休館日 1/3 7:00-18:00</p>
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♥♥♥	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▼	<p>※マスパーリングに参加する場合は必ずマウスピース、 臍当て(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。 ※回転系の技、バックブロー、キックは禁止とします。 ※ミット1Rと記載があるクラスは3人以下の場合のみ。 ※年末年始営業時間:12/31-1/2 休館日 1/3 7:00-18:00</p>		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13:00~18:00、月曜13:00~23:00、水曜13:00~23:00
、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

美顔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:
月曜7:00~12:00、水曜7:00~12:00、木曜日13:00~23:00
金曜13:00~18:00、日曜7:00~12:00
格闘技歴:空手8年、ボクシング1年
一言:楽しく安全に上達しましょう



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:
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

美顔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(22)
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