



★ファイティングラボ仙台花京院 5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) 安田成 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】 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▼	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▼	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	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】 安田成 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▼	9
10	ボクシング(ダイエット) 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(初心者) 【無料体験】 清水優也 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	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】 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▼	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	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) 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▼	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(マウスバーリング) 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) 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▼	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【無料体験限定】 寺山圭介 難易度★強度▼	キックボクシング【無料体験限定】 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▼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) 安田成 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(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▼ミット1R	キックボクシング(マウスバーリング) 安田成 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング(マウスバーリング) 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(マウスバーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング(マウスバーリング) 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(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▼	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(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▼			19
20	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) 【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▼	ノーギ柔術(初心者) 【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】 寺山圭介 難易度★強度▼	※マウスバーリングに参加する場合は必ずマウスピース、膝当て(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、インストラクターの指示に従わない方は参加ができませんので予めご了承ください。 ※回転系の技、バックブロー、キヤッチは禁止とします。 ※ミットRと記載があるクラスは人以下の場合のみ、4人以上の場合はミットは持たせませんのでご了承ください。また、途中参加の方にはミットは持たせません。 7:00-18:00		20
21	キックボクシング(マウスバーリング) ヒラツカ 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング(マウスバーリング) 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▼	総合格闘技(初心者) 安田成 難易度★強度▼	キックボクシング(マウスバーリング) 寺山圭介 難易度★★★強度♥♥♥			21
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▼	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▼			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

2001年7月1日(22)
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
水曜18:00~23:00、金曜18:00~23:00 土曜10:00~18:00
格闘技歴:総合格闘技
一言:格闘技で健康に!



X

Facebook

Instagram

店舗SNS

TikTok

YouTube

LINE@



安田 成

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:
木曜13:00~23:00、金曜日13:00~16:00
土曜7:00~10:00、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

2000年6月14日(23)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
月曜18:00~23:00
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

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

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@tkoj.net