



★ファイティングラボ門前仲町 9月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00(年中無休) 祝日18時まで

【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 ■無料体験

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	7:10 モーニングキックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング イゴリ 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 伊藤 義浩(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥		7	
8	8:00 キックマスマスパーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥♥	8:00 ボクシングマスマスパーリング イゴリ 難易度★★ 強度♥♥	8:00 キックマスマスパーリング 伊藤 義浩 難易度★★ 強度♥♥	8:00 キックマスマスパーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥♥	8:00 キックマスマスパーリング 川路 大樹 難易度★ 強度♥		8	
9	9:00 ダイエットキックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	9:00 ダイエットボクシング イゴリ 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	9:00 コンビネーションミット 川路 大樹 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥♥		9	
10	10:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	10:00 初心者ボクシング イゴリ 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	10	
11	11:00 キックマスマスパーリング 難易度★★ 強度♥♥	11:00 ボクシングマスマスパーリング イゴリ 難易度★★ 強度♥♥	11:00 キックマスマスパーリング 伊藤 義浩 難易度★★ 強度♥♥	11:00 キックマスマスパーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥♥	11:00 キックマスマスパーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥♥			11
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在		12:10 キックボクシング無料体験限定 上出 桜子 難易度★ 強度♥	12:10 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥
13	13:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 上出 桜子 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 吉越 博司 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 上出 桜子 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 難易度★ 強度♥	
14	14:00 コンビネーションミット 川路大樹 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 川路 大樹 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットキックボクシング 上出 桜子 難易度★★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 吉越 博司 難易度★★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 川路 大樹 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 上出 桜子 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	
15	15:00 キックマスマスパーリング 川路大樹 難易度★ 強度♥♥	15:00 キックマスマスパーリング 川路 大樹 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 上出 桜子 難易度★ 強度♥	15:00 中級ボクシング 吉越 博司 難易度★★ 強度♥	15:00 キックマスマスパーリング 川路 大樹 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 上出 桜子 難易度★ 強度♥	15:00 キックマスマスパーリング 難易度★★ 強度♥♥	
16	16:00 キックボクシング無料体験限定 川路大樹 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 上出 桜子 難易度★ 強度♥	16:00 グラップリングスパー 吉越 博司 難易度★★ 強度♥♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 川路大樹 難易度★ 強度♥	16:00 キックマスマスパーリング 上出 桜子 難易度★ 強度♥♥	16:00 キックマスマスパーリング 難易度★★ 強度♥♥	
17	17:00 キッズキックボクシングクラス 川路大樹 難易度★ 強度♥	17:00 キッズキックボクシングクラス 川路 大樹 難易度★ 強度♥	17:00 キッズキックボクシングクラス 上出 桜子 難易度★ 強度♥	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 キッズキックボクシングクラス 難易度★ 強度♥	17:00 自主練習&ミット2R 上出 桜子 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自主練習&ミット2R 難易度★★ 強度♥~♥♥♥	
18	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 キックボクシング無料体験限定 伊藤 義浩(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:45class ends 18:00close		
19	18:00 ダイエットキックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キックボクシング 上出 桜子(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥♥	18:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	※9月から祝日は18時までの営業になります。9/18(月)は18時までの営業になります。 ※スパパーリングに参加する際は必ずマウスピース、膝当て、ファールカップを着用してください。		
20	20:00 初心者キックボクシング 土井 賢 難易度★★ 強度♥♥	20:00 初心者総合格闘技 川路 大樹 難易度★ 強度♥	20:00 キックマスマスパーリング 上出 桜子 難易度★★ 強度♥♥	20:00 初心者キックボクシング 伊藤 義浩(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	20:00 初心者総合格闘技 難易度★ 強度♥	※力任せに攻撃する方や、インストラクターの指示に従えない方は、インストラクターの判断により参加をお断りさせて頂きますので予めご了承下さい。		
21	21:00 キックマスマスパーリング 土井 賢 難易度★ 強度♥	21:00 総合マスマスパーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥♥	21:00 コンビネーションミット 上出 桜子(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 キックマスマスパーリング 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	21:00 総合マスマスパーリング 難易度★★ 強度♥♥	※女性インストラクターの場合、男性会員様のミット受けは出来かねますのでご了承下さい。		
22	22:00 自主練習&ミット2R 土井 賢 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	※マスマスパークラスで参加者が1名の場合はその他レッスンをを行います。		
23			22:45class ends	23:00 close			23	



川路 大樹

1999年11月4日(23)
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技
格闘技歴:空手7年、総合格闘技2年
格闘技で健康になりましょう



山井 拓未

1977年12月15日(45)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:アマチュア全日本トーナメント準優勝
楽しく激しいキックボクシングを指導します。



上出 椋子

1984年4月12日(38)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:キックボクシング3年
一緒に楽しみながらトレーニングしましょう!



土井 賢

1987年8月28日(35)
指導クラス:キックボクシング、ボクシング
格闘技歴:ボクシング、キックボクシング
一緒に楽しくキックボクシングしましょう!



リトシン・イゴリ

1972年5月20日(50)
指導クラス:キックボクシング、ボクシング
格闘技歴:ナイフディフェンス5年
ボクシング10年、ムエタイ4年、大東流柔術20年

COMING SOON

伊藤 義浩

生年月日:1975年4月1日
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:ボクシング5年、キックボクシング1年、
空手3年