



★ファイティングラボ田町三田 10月時間割★

【営業時間】平日7:00~22:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00(金曜定休日)

【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 キックマススパーリング 関口 祐冬 難易度★★ 強度♥	7:10 キックマススパーリング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	7:10 キックマススパーリング 鳴海 秀哉 難易度★★ 強度♥	7:10 キックマススパーリング 和田 拓也 難易度★★ 強度♥	定休日 <small>※トレーニングをご希望の方は、 ここから徒歩10分の フィットアウト田町三田まで ご利用下さい。</small>	※祝日は18時まで ※今月の祝日9日(月)	7					
8	8:00 総合格闘技スパーリング 関口 祐冬 難易度★★ 強度♥	8:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥	8:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	8:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 8:30 自主練習			無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	8				
9	9:00 ダイエットキックボクシング 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 9:30 自主練習	9:00 キックボクシング無料体験限定 鳴海 秀哉 9:30 自主練習	9:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥				無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	9			
10	10:00 キックボクシング無料体験限定 関口 祐冬 10:30 自主練習	10:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	10:00 コンビネーションミット 和田 拓也 難易度★ 強度♥					無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	10		
11	11:00 寝技スパーリング 関口 祐冬 難易度★★ 強度♥	11:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥	11:00 コンビネーションミット 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	11:00 フリートレーニング インストラクター不在						無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	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							無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	12
13	13:00 総合格闘技テクニック 木内 崇雅 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 和田 拓也 難易度★ 強度♥	13:00 レスリング基礎 鳴海 秀哉 難易度★★ 強度♥	13:00 総合格闘技テクニック 木内 崇雅 難易度★ 強度♥								無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!
14	14:00 総合格闘技スパーリング 木内 崇雅 難易度★★ 強度♥	14:00 柔術スパーリング 和田 拓也 難易度★★ 強度♥	14:00 初級総合格闘技スパーリング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	14:00 総合格闘技スパーリング 木内 崇雅 難易度★★ 強度♥		無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!						
15	15:00 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 15:30 自主練習	15:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅 難易度★ 強度♥			無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!					
16	16:00 キッズレスリング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	16:00 キッズキックボクシング 鳴海 秀哉(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 キッズキックボクシング 鳴海 秀哉(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 キッズ空手 鳴海 秀哉(無料体験) 難易度★ 強度♥				無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!				
17	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 キックボクシング無料体験限定 鳴海 秀哉 17:30 自主練習	17:00 フリートレーニング インストラクター不在					無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!			
18	18:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥	18:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也 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	18:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥						無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		
19	19:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 島田 健太 難易度★ 強度♥	19:00 キックボクシング無料体験限定 漆原 季亮 19:30 自主練習							無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	
20	20:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 20:30 自主練習	20:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 21:30 自主練習	21:00 キックボクシング無料体験限定 島田 健太 21:30 自主練習	20:00 初級キックテクニック 漆原 季亮 難易度★ 強度♥								無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!
21	21:00 キックマススパーリング 和田 拓也 難易度★★ 強度♥	21:00 キックマススパーリング 和田 拓也 難易度★★ 強度♥	21:00 キックマススパーリング 島田 健太 難易度★★ 強度♥	21:00 キックマススパーリング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥		無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!						
22	21:45class ends 22:00 close						無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!					
12:00open 12:10start 12:10 キックボクシング無料体験限定 小島 岳大 12:30 自主練習 12:10 キックボクシング無料体験限定 漆原 季亮 12:30 自主練習												
17:45class ends 18:00close ※マンスパーリングに参加される場合もマスクを着用して下さい。 ※マンスパーリングに参加する際に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)を着用して下さい。 ※力任せな攻撃や指導員の指示に従わない場合は参加をお断りする場合がありますので予めご了承ください。 ※マン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。 ※7~8時、22~23時は、サンドバッグやミット等の大きな音の出る練習は、禁止となっております。												



和田拓也
 1992年06月30日(31)
 指導クラス:キックボクシング
 キックボクシング歴8年
 楽しく格闘技しましょう！



鳴海 秀哉
 1994年9月19日(29)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:10年
 MMAのことならなんでも聞いてください。



小島 岳大
 1992年7月26日(31)
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング
 格闘技歴:ボクシング15年、キックボクシング2年
 一緒に楽しくキックボクシングをしましょう！

COMING SOON



COMING SOON

漆原 季亮
 1989年3月2日(33)
 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10年プロ1勝1敗
 キックボクシングの基礎を丁寧に教えます

木内 崇雅
 1987年5月29日(36)
 指導クラス:キック、フィジカル、寝技、総合
 格闘技歴:総合格闘技
 食事管理の仕方も気兼ねなくどうぞ！

関口 祐冬
 1996年11月4日(26)
 指導クラス:キックボクシング 寝技
 競技歴:MMA10年
 楽しく運動しましょう！

COMING SOON

島田 健太
 1995年3月10日(28)
 ボクシング2年
 ・日本拳法4年二段
 団体戦全国優勝、戦歴約30戦20勝

 ・キックボクシング約2年
 (j-networkプロライセンス保有)