



★ファイティングラボ田町三田 1月時間割★

JR「田町駅」三田口徒歩6分！2016年7月リニューアルオープン！
まるまる0円無料プラン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【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)

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜			
7	7:10 寝技テクニック(無料体験) 木内 崇雅★	7:10 キックマスパーリング 鳴海 秀哉★★	7:10 キックマスパーリング 鳴海 秀哉★★	7:10 寝技テクニック(無料体験) 木内 崇雅★	7:10 キックマスパーリング 鳴海 秀哉★★	※新型コロナウイルス 感染予防の為、原則 お一人様1時間の練習と させていただきます。 (1クラス45分間) ※また、人数制限12名まで とさせていただきます。 予約は不要ですが、 万が一一定員に達した際は、 次のクラスまでお待ち頂く 場合がございます。		7		
8	8:00 寝技マスパーリング 木内 崇雅★★	8:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★	8:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★	8:00 寝技マスパーリング 木内 崇雅★★	8:00 キック STEP UPクラス 鳴海 秀哉★			8		
9	9:00 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅★	9:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★	9:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★	9:00 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅★	9:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★			9		
10	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 木内 崇雅★	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 鳴海 秀哉★	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 鳴海 秀哉★	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 木内 崇雅★	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 鳴海 秀哉★			10		
11	11:00 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅★	11:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉★	11:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉★	11:00 キック STEP UPクラス 木内 崇雅★	11:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★			12:00 open 12:10start		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 初回体験者限定 鳴海 秀哉★	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 木内 崇雅★	12
13	13:00 総合テクニック 木内 崇雅★	13:00 キック STEP UPクラス 鳴海 秀哉★	13:00 キック STEP UPクラス 鳴海 秀哉★	13:00 総合テクニック 木内 崇雅★	13:00 キック STEP UPクラス 鳴海 秀哉★			13:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★	13:00 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅★	13
14	14:00 総合マスパーリング 木内 崇雅★★	14:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 鳴海 秀哉★	14:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 鳴海 秀哉★	14:00 総合マスパーリング 木内 崇雅★★	14:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★			14:00 キック STEP UPクラス 鳴海 秀哉★	14:00 キック STEP UPクラス 木内 崇雅★	14
15	15:00 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅★	15:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	15:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉★	15:00 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅★	15:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉★			15:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉★	15:00 初心者キックボクシング 木内 崇雅★	15
16	16:00 キック STEP UPクラス 小堀 友暉★	16:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	16:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉★	16:00 初級フィジカル ★	16:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 ★			16:00～16:30初級キックテクニック★★ 16:30～17:30 キックマスパーリング 鳴海 秀哉★★★	16:00 キックマスパーリング 木内 崇雅★★★ 17:00 総合マスパーリング 木内 崇雅★★★	16
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 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:30 自由練習&ミット2R	17:45クラス終了 18:00close	17		
18	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 小堀 友暉★	18:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	18:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 岩淵 将大★	18:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大★	※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 参加をお断りをする場合がございますので 予めご了承ください。		18		
19	19:00 ダイエットキックボクシング 小堀 友暉★	19:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	19:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	19:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大★	19:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大★			19		
20	20:00 初心者キックボクシング 小堀 友暉★	20:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	20:00 ダイエットボクシング 杉山 功一★	20:00 初心者キックボクシング 岩淵 将大★	20:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 岩淵 将大★			20		
21	21:00 初心者キックボクシング 小堀 友暉★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 杉山 功一★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 杉山 功一★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 岩淵 将大★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大★			21		
22	22:00 自由練習 小堀 友暉★	22:00 自由練習 杉山 功一★	22:00 自由練習 杉山 功一★	22:00 自由練習 岩淵 将大★	22:00 自由練習 岩淵 将大★	※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。		22		
23	22:45 クラス終了 23:00 close									23



杉山 功一

1978年9月25日
指導クラス:ボクシング
格闘技歴:ボクシング20年
最高です！



木内 崇雅

1987年5月29日(34)
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！



鳴海 秀哉

1994年9月19日(27)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:10年
炭水化物大好き！



小堀 友暉

1999年6月30日(22)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:10年
丁寧なレッスンを心がけています！

★ファイティングラボ田町三田 記載事項★

【注意事項】

- ・(中継あり)と記載された時間はオンラインでもご視聴いただけます。
- ※定点カメラをインストラクターのみが映るように設置しますが、ご参加頂いている会員様が映り込んでしまう可能性もございます。あらかじめご了承ください。
- ・マスパ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) を着用してください。(レンタルは¥220で可能です)
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をお断りをする場合がございますので予めご了承ください。
- ・コロナウィルス感染予防の為、おひとり様1時間滞在、1クラス45分間、人数制限12名までとさせていただきます。(制限人数に達していない場合は練習可能です)
予約は不要ですが、万が一、定員に達した場合は、次のクラスまでお待ちいただく場合がございます。

【ステップアップクラス日程】

月曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

火曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

水曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

木曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

金曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

土曜 第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4

日曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

【勤務スタッフ、パーソナル日程】

※オンラインクラスは、トイカツ道場のラインアプリからのみ、ご予約が可能です。

パーソナルレッスンは平日7:00~19:00のみですが、個別の対応可能時間・店舗・競技は、LINEアプリのパーソナルレッスンの各インストラクターの項目からご確認ください。

※ お値段は、《30分3,300円、60分6,600円、90分9,900円、120分13,200円(税込)》の中から選択が可能です。

お支払いはクレジットカードのみです。現金、電子マネーなどでのお支払いはできません。

◇担当者名 対応可能競技名・対応可能曜日・時間等の詳細は LINEアプリにてご確認ください。

遠藤 駿平

森口 裕司

石谷 隆嘉