



★ファイティングラボ門前仲町 8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)

【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 星野 公彌(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング 瀬下 鉄弥(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングブラジリアン柔術 Jesse 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングノーギ柔術 Jesse 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングブラジリアン柔術 Jesse 難易度★ 強度♥	※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15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 キックマスパーリング 星野 公彌 難易度★★ 強度♥♥	8:00 ボクシングマスパーリング 瀬下 鉄弥 難易度★★ 強度♥♥	8:00 ブラジリアン柔術初心者 Jesse 難易度★ 強度♥	8:00 ノーギ柔術初心者 Jesse 難易度★ 強度♥	8:00 ブラジリアン柔術初心者 Jesse 難易度★ 強度♥			8		
9	9:00 キックSTEP UP 星野 公彌 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシングSTEP UP 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥	9:00 初級ブラジリアン柔術スパー Jesse 難易度★ 強度♥	9:00 ノーギ柔術スパー Jesse 難易度★ 強度♥	9:00 初級ブラジリアン柔術スパー Jesse 難易度★ 強度♥			9		
10	10:00 キックボクシング無料体験限定 星野 公彌 難易度★ 強度♥	10:00 ボクシング無料体験限定 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥	10:00 ノーギ柔術初心者 Jesse 難易度★ 強度♥	10:00 ブラジリアン柔術初心者 Jesse 難易度★ 強度♥	10:00 ノーギ柔術初心者 Jesse 難易度★ 強度♥			無料体験実施中!!! 体験予約はWEBから!!!	10	
11	11:00 キックマスパーリング 星野 公彌 難易度★★ 強度♥♥	11:00 ボクシングマスパーリング 瀬下 鉄弥 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	11:00 初級ブラジリアン柔術スパー Jesse 難易度★ 強度♥	11:00 ノーギ柔術スパー Jesse 難易度★ 強度♥				12:00open 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 初心者ボクシング 瀬下 鉄弥(無料体験) 難易度★ 強度♥	12:00 キックボクシング無料体験限定 上出 桜子 難易度★ 強度♥	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 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	12
13	13:00 初心者キックボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 キックSTEP UP 上出 桜子 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 山井 拓未(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	13:00 キックボクシング選手練習 和田 拓也(無料体験) 難易度★★★ 強度♥♥♥			13:00 キックSTEP UP 上出 桜子 難易度★ 強度♥	13:00 キックSTEP UP 川路 大樹 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 キックボクシング無料体験限定 土井 賢 難易度★ 強度♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 川路 大樹 難易度★ 強度♥	14:00 キックマスパーリング 上出 桜子 難易度★★ 強度♥♥	14:00 初心者ムエタイ 山井 拓未 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 ダイエットキックボクシング 川路 大樹 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 初心者キックボクシング 土井 賢 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 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 中級者キックボクシング 山井 拓未(無料体験) 難易度★★★ 強度♥♥♥	15:00 キックマスパーリング 和田 拓也 難易度★★★ 強度♥♥♥			15:00 初心者キックボクシング 上出 桜子(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 川路 大樹(無料体験) 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 初心者キックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 川路 大樹(無料体験) 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 初級キックマスパーリング 山井 拓未 難易度★ 強度♥	16:00 ボクシング無料体験限定 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥			16:00 キックマスパーリング 上出 桜子 難易度★★ 強度♥♥	16:00 キックマスパーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥♥	16
17	17:00 キックマスパーリング 土井 賢 難易度★★ 強度♥♥	17:00 キックマスパーリング 川路 大樹 難易度★★ 強度♥♥	17:00 キックマスパーリング 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 ボクシングSTEP UP 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥	17:00 自由練習&ミット2R 上出 桜子 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 川路 大樹 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17		
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 遠藤 駿平 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		18		
19	19:00 初心者キックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 川路 大樹(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 上出 桜子(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 瀬下 鉄弥(無料体験) 難易度★ 強度♥	※スパーリングに参加する際は必ずマウスピース、膝当て、フェールカップを着用してください。		19		
20	20:00 キックマスパーリング 土井 賢 難易度★★★ 強度♥♥♥	20:00 キックマスパーリング 川路 大樹 難易度★★★ 強度♥♥♥	20:00 キックマスパーリング 上出 桜子 難易度★★★ 強度♥♥♥	20:00 キックマスパーリング 遠藤 駿平 難易度★★★ 強度♥♥♥	20:00 ボクシングマスパーリング 瀬下 鉄弥 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いただきますので予めご了承下さい。		20		
21	21:00 初心者キックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 川路 大樹(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者ボクシング 瀬下 鉄弥 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。		21		
22	22:00 自由練習&ミット2R 土井 賢 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 川路 大樹 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 上出 桜子 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 遠藤 駿平 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥~♥♥♥	※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行います。		22		
23	22:45class ends 23:00 close							23		



和田 拓也
 1992年6月30日(29)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴: BLOW-CUP65kgリーグ 王者
 楽しく格闘技しましょう!



川路 大樹
 1999年11月4日(22)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴: 空手7年 総合格闘技2年
 格闘技で心身ともに健康になりましょう!



山井 拓未
 1977年12月15日(44)
 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。

COMING SOON



星野 公彌
 1987年1月23日(35)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴: 空手6年、キックボクシング5年
 カッコいいフォームで運動しましょう!



土井 賢
 1987年8月28日(34)
 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!



遠藤 駿平
 1993年6月24日(28)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴: 第20代MAライト級王者
 楽しくキックボクシングを行いましょう!



上出 桜子
 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!



瀬下 鉄弥
 1993年2月20日(29)
 指導クラス:ボクシング
 格闘技歴: ボクシング15年
 基本的な動作を丁寧に指導します!

★ファイティングラボ門前仲町 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。
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。
- ・コロナウイルス感染予防の為、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。
- ・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ください。
- ・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。

【ステップアップクラス日程】

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

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

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

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

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

【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。