



★ファイティングラボ田町三田 4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	07:10 初級フィジカル 榊 皇秀 難易度★ 強度♥♥	7:10 キックマックスバーリング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥	7:10 キックマックスバーリング 鳴海 秀哉 難易度★★ 強度♥♥	07:10 初級フィジカル 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	定休日 ※トレーニングをご希望の方は、 ここから最少15分の フロントデスクに電話を ご利用下さい。	※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 初心者キックボクシング 榊 皇秀 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 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥			8		
9	9:00 ダイエットキックボクシング 榊 皇秀 難易度★ 強度♥♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 鳴海 秀哉	9:00 キックボクシング無料体験限定 鳴海 秀哉	9:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也			9		
10	10:00 キックボクシング無料体験限定 榊 皇秀 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 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥			10		
11	11:00 コンビネーションミット 榊 皇秀 難易度★ 強度♥	11:00 柔術スパーリング 鳴海 秀哉 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 初心者キックボクシング 和田 拓也 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			12:00open 12:10start 12:10 ボクシング無料体験限定 小島 岳大	12:10 キックボクシング無料体験限定 和田拓也	12
13	13:00 総合格闘技テクニック 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥	13:00 コンビネーションミット 鳴海 秀哉 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 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥			12:30 自由練習	12:30 自由練習	13
14	14:00 総合格闘技スパーリング 鳴海 秀哉 難易度★★ 強度♥♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	14:00 初級MMA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 鳴海 秀哉 難易度★★ 強度♥♥			13:00 初心者キックボクシング 小島 岳大 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング 和田拓也 難易度★ 強度♥♥	14
15	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 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥	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 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥			14:00 コンビネーションミット 小島 岳大 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 和田拓也 難易度★ 強度♥	15
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 (無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 キッズキックボクシング (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♥			15:00 キックマックスバーリング 小島 岳大 難易度★★ 強度♥♥	15:00 キックマックスバーリング 和田拓也 難易度★ 強度♥♥	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 キックボクシング無料体験限定 17:30 自由練習	17:00 フリートレーニング インストラクター不在			16:00 キックマックスバーリング 小島 岳大 難易度★★ 強度♥♥	16:00 キックマックスバーリング 和田拓也 難易度★ 強度♥♥	17
18	18:00 ダイエットキックボクシング 小島 岳大 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者ボクシング 近藤 翼 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 コンビネーションミット 和田 拓也 難易度★ 強度♥			17:00 自由練習&ミット2R 小島 岳大 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 和田 拓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	18
19	19:00 初心者キックボクシング 小島 岳大 難易度★ 強度♥	19:00 初心者ボクシング 近藤 翼 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 小島 岳大 難易度★ 強度♥	19:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也			17:45class ends 18:00close	17:45class ends 18:00close	19
20	20:00 キックボクシング無料体験限定 小島 岳大	20:00 ダイエットボクシング 近藤 翼 難易度★ 強度♥	20:00 ボクシング無料体験限定 小島 岳大	20:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥			19:30 自由練習	19:30 自由練習	20
21	21:00 ボクシングマックスバーリングクラス 小島 岳大 難易度★★ 強度♥♥	21:00 ダイエットボクシング 近藤 翼 難易度★ 強度♥	21:00 ボクシングマックスバーリングクラス 小島 岳大 難易度★★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥			※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。	※マックスバーリングに参加するには必ずマウスピース、顔当て(キックの場合)、フェールカップ(キックの場合)を着用して下さい。	21
22	22:00 自由練習&ミット2R 小島 岳大 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 近藤 翼 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 近藤 翼 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 和田 拓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥			※マックスバ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。	※マックスバ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。	22
23			22:45class ends 23:00 close						23



和田拓也

1992年06月30日(30)
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(28)
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。

COMING SOON

小島 岳大

1992年7月26日(30)
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



近藤 翼

2000年11月14日(23)
指導クラス:ボクシング
格闘技歴:5年
格闘技全般なんでも聞いてください。

榎 皇秀

2001年9月30(20歳)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:空手8年
運動は楽しむ事が一番です!