



★ファイティングラボ門前仲町 4月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00(金曜日 23:00まで) 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~17:00(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	キックボクシング (モーニング) イゴリ 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) イゴリ 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 無料体験 伊藤 義浩 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 川路 大樹 難易度★強度▼	7
8	キックボクシング (マスパーリング) イゴリ 難易度★★強度▼	ボクシング (マスパーリング) イゴリ 難易度★★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 伊藤 義浩 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 川路 大樹 難易度★強度▼	8
9	キックボクシング (ダイエット) イゴリ 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) イゴリ 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 伊藤 義浩 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 川路 大樹 難易度★強度▼	9
10	キックボクシング (初心者) イゴリ 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (初心者) イゴリ 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 伊藤 義浩 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 川路 大樹 難易度★強度▼	10
11	キックボクシング (マスパーリング) イゴリ 難易度★★強度▼	ボクシング (マスパーリング) イゴリ 難易度★★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 伊藤 義浩 難易度★★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 難易度★★強度▼	11
12	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	12
13	キックボクシング 「無料体験限定」 土井 賢 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 上出 桜子 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 川路 大樹 難易度★強度▼	13
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 土井 賢 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 上出 桜子 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 川路 大樹 難易度★強度▼	14
15	キックボクシング (マスパーリング) 土井 賢 難易度★★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 川路 大樹 難易度★★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 上出 桜子 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 川路 大樹 難易度★★強度▼	15
16	キックボクシング 「無料体験限定」 土井 賢 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 上出 桜子 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 土居 海 難易度★★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 川路 大樹 難易度★強度▼	16
17	キックボクシング (マスパーリング) 土井 賢 難易度★★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 川路 大樹 難易度★★強度▼	キックボクシング (キッズ) 上出 桜子 難易度★強度▼	フリートレーニング インストラクター不在	キックボクシング (キッズ) 谷川 健志 難易度★強度▼	17
18	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	キックボクシング 「無料体験限定」 伊藤 義浩 難易度★強度▼	フリートレーニング インストラクター不在	18
19	キックボクシング (ダイエット) 無料体験 土井 賢 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 川路 大樹 難易度★★強度▼	キックボクシング (初心者) 無料体験 上出 桜子 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 義浩 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 無料体験 谷川 健志 難易度★強度▼	19
20	キックボクシング (マスパーリング) 土井 賢 難易度★★強度▼	総合格闘技 (初心者) 川路 大樹 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 伊藤 義浩 難易度★★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 上出 桜子 難易度★強度▼	空手 (初心者) 谷川 健志 難易度★強度▼	20
21	キックボクシング (初心者) 無料体験 土井 賢 難易度★強度▼	総合格闘技 (マスパーリング) 川路 大樹 難易度★★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 上出 桜子 難易度★強度▼	空手 (マスパーリング) 伊藤 義浩 難易度★★強度▼	空手 (マスパーリング) 谷川 健志 難易度★★強度▼	21
22	21:45 class ends 22:00 close				キックボクシング (自主練習 & ミット) 谷川 健志 難易度★強度▼	22
23					22:45 class ends 23:00 close	23

※4月29日(月) 7:00~18:00

無料体験実施中!!
体験予約はWEBから!!

12:00open 12:10start

17:45 class ends 18:00 close

16:45 class ends 17:00 close

※マスパーリングに参加する際は必ずマウスピース、
難当て、ファールカップを着用してください。

※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ご了承ください。

※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。

※キックボクシングクラスは、ディフェンス練習を
メインにした個人練習です。

※ミット1Rのクラスは参加人数3人以下の場合のみミットを1R持ちます。参加人
数4人以上の場合はミットは持たせませんのでご了承ください。また、途中から参加
された方のミットは持たない場合がございます。



川路 大樹
 1999年11月4日(24)
 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



谷川 健志
 1997年7月5日(26)
 指導クラス:キックボクシング、空手
 格闘技歴:空手11年、キックボクシング2年
 元気に明るく楽しく一緒に汗を流しましょう



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!



土井 賢
 1987年8月28日(36)
 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



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、空手4年
 合気道5年



土居 海
 1986年7月24日(37)
 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16年
 一緒に楽しんで成長しましょう!



湯本 和真
 1996年2月5日(28歳)
 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7年
 楽しく格闘技しましょう!