



★ファイティングラボ田町三田 5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	キックボクシング (マッサバーリング) 和田 拓也 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マッサバーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マッサバーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マッサバーリング) 土居 海 難易度★★★強度♥♥♥	<p style="text-align: center;">定休日</p> <p>※トレーニングをご希望の方は、 こちらから最少15分の 予約が必要です。</p>	<p>※祝日は18時まで 5/3(金)、5/6(月)祝日18:00までの営業</p> <p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!</p> <p style="text-align: center;">12:00open 12:10start</p> <p>キックボクシング 【無料体験実施】 和田 拓也 難易度★強度♥</p>	7			
8	キックボクシング 【無料体験実施】 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 土居 海 難易度★強度♥			キックボクシング 【無料体験実施】 土居 海 難易度★強度♥	8		
9	キックボクシング (ダイエット) 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験実施】 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験実施】 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験実施】 土居 海 難易度★強度♥			自主練習	9		
10	フィジカルトレーニング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 土居 海 難易度★強度♥			自主練習	10		
11	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 (ダイエット) 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 土居 海 難易度★強度♥			自主練習	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)			自主練習	12		
13	総合格闘技 (初級テクニク) 木内 崇雅 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (スパーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥	ノーギ柔術 (スパーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥	総合格闘技 (初級テクニク) 木内 崇雅 難易度★強度♥			キックボクシング (コンビネーションミット) 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 佐々木 康博 難易度★強度♥	13	
14	総合格闘技 (スパーリング) 木内 崇雅 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング 【無料体験実施】 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験実施】 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	総合格闘技 (スパーリング) 木内 崇雅 難易度★★★強度♥♥♥			自主練習	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 佐々木 康博 難易度★強度♥	14
15	グラップリング (スパーリング) 木内 崇雅 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 木内 崇雅 難易度★強度♥			自主練習	キックボクシング (マッサバーリング) 和田 拓也 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マッサバーリング) 佐々木 康博 難易度★★★強度♥♥♥	15
16	キックボクシング (ダイエット) 木内 崇雅 難易度★強度♥	キックボクシング(キッズ) 【無料体験】 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	レスリング(キッズ) 【無料体験】 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)			自主練習	キックボクシング (マッサバーリング) 和田 拓也 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マッサバーリング) 佐々木 康博 難易度★★★強度♥♥♥	16
17	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)			自主練習	キックボクシング (自主練習&ミット) 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット) 佐々木 康博 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)	キックボクシング (ダイエット) 和田 拓也 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	フィジカルトレーニング (初心者) 谷川 健志 難易度★強度♥♥♥			自主練習	17:45class ends 18:00close		18
19	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (マッサバーリング) 和田 拓也 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 谷川 健志 難易度★強度♥			自主練習	<p>※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ず自分のでこ下ろし。 ※マッサバーリングに参加する際には必ずマッサピース、自分でキックの場合、フールカップ(キックの場合)を装着して下さい。 ※力任せな攻撃や指導員の指示に答え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。</p>		19
20	キックボクシング 【無料体験実施】 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験実施】 谷川 健志 難易度★強度♥			自主練習	<p>※マッサバークラスで参加者が1名の場合はその推しレッスンを行います。 ※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。</p>		20
21	キックボクシング (マッサバーリング) 和田 拓也 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング 【無料体験実施】 和田 拓也 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験実施】 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング (マッサバーリング) 谷川 健志 難易度★★★強度♥♥♥			自主練習			21
22	21:45class ends 22:00 close									22

ファイティングラボ田町三田 インストラクター紹介

店舗代表 和田拓也

1992年6月30日(31)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 月曜7:00~11:00、19:00~22:00火曜18:00~22:00
 土曜12:00~18:00
 格闘技歴:24年
 キックボクシングをライフワークに!



店舗SNS
 X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



鳴海 秀哉
 1994年9月19日(29)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 月曜16:00~17:00、火曜7:00~17:00
 水曜7:00~17:00
 格闘技歴:10年
 一言:格闘技で健康に!



佐々木 康博
 1983年12月13日(40)
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング
 指導時間:
 水曜19:00~22:00、日曜12:00~18:00
 格闘技歴:ボクシング歴15年、柔術6年
 一言:格闘技で健康に!



土居 海
 1986年7月24日(37)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 月曜7:00~12:00
 格闘技歴:キックボクシング16年
 一言:格闘技で健康に!



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
 指導時間:
 月曜13:00~16:00、水曜13:00~16:00
 格闘技歴:20年
 一言:格闘技で健康に!



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
 指導時間:
 木曜18:00~22:00
 格闘技歴:空手11年、キックボクシング2年
 一言:格闘技で健康に!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net