



★ファイティングラボ高田馬場 6月時間割★

【営業時間】平日13:00~23:00 土曜 12:00~21:00 日曜 12:00~18:00(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 ■ノーギ柔術 ■総合格闘技 ■レスリング ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
7							
8							
9							
10							
11							
12						12:00open	12:10start
13	総合格闘技 (打撃) 齊藤 曜 難易度★★強度♥♥	キックボクシング (プロ練習) 津崎 善郎 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (プロ練習) 藤井 重綺 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (プロ練習) 藤井 重綺 難易度★★★強度♥♥♥	ボクシング (初心者) 出田 裕一 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (マッスハーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (女性限定) (中級マッスハーリング) ねこ太 難易度★★★強度♥♥♥
14	総合格闘技テクニック (テイクダウン) 齊藤 曜 難易度★★強度♥				ボクシング (ダウエント) 出田 裕一 難易度★強度♥	ボクシング「無料体験」 (コンビネーションミット) 塚原 健二 難易度★強度♥	ボクシング (コンビネーションミット) 塚原 健二 難易度★強度♥
15	総合格闘技 (スパーリング) 齊藤 曜 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「無料体験限定」 藤井 重綺 難易度★強度♥	キックボクシング「無料体験限定」 藤井 重綺 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 (マッスハーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マッスハーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥
16	総合格闘技テクニック (打ち込み) 齊藤 曜 難易度★★強度♥	ボクシング (初心者) 塚原 健二 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) 藤井 重綺 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 福垣 翔大 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 塚原 健二 難易度★強度♥♥ミット1R	柔術 (テクニック) 神谷 哲也 難易度★強度♥	ボクシング「無料体験」 (初心者) 塚原 健二 難易度★強度♥
17	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング「無料体験限定」 塚原 健二 難易度★強度♥	キックボクシング (マッスハーリング) 藤井 重綺 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (初心者) 福垣 翔大 難易度★強度♥	ボクシング「無料体験限定」 塚原 健二 難易度★強度♥	柔術 (スパーリング) 神谷 哲也 難易度★★★強度♥♥♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 塚原 健二 難易度★強度♥
18	ボクシング「無料体験限定」 塚原 健二 難易度★強度♥	ボクシング (コンビネーションミット) 塚原 健二 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 (マッスハーリング) 福垣 翔大 難易度★★★強度♥♥♥	ボクシング (コンビネーションミット) 塚原 健二 難易度★強度♥	17:45class ends 18:00close	
19	ボクシング (コンビネーションミット) 塚原 健二 難易度★強度♥	ボクシング「無料体験」 塚原 健二 難易度★強度♥	総合格闘技 (スパーリング) 小泉 慶嗣 難易度★★★強度♥♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング「無料体験」 (初心者) 塚原 健二 難易度★強度♥	総合格闘技 (スパーリング) 中桐 涼輔 難易度★★★強度♥♥♥	※キックマッスハーリングクラスは、ボクシングマッスハーリングも練習可能です。 ※回転系の技、バックブロー、キックは禁止とします。
20	キックボクシング (マッスハーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥	キックボクシング (マッスハーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥	ノーギ柔術 (グラップリングスパーリング) 小泉 慶嗣 難易度★★★強度♥♥♥	柔術 (テクニック) 三浦 龍 難易度★強度♥	キックボクシング (マッスハーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥		※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断ります。都合がございましたらご連絡ください。 ※マッスハーリングクラスで参加者が1名の場合はその他レッスンをを行います。
21	柔術 (テクニック) 三浦 龍 難易度★強度♥	フリートレーニング	柔術 (テクニック) 岡市 尚士 難易度★★強度♥	柔術 (スパーリング) 三浦 龍 難易度★★★強度♥♥♥	フリートレーニング	20:45class ends 21:00close	
22	柔術 (スパーリング) 三浦 龍 難易度★★★強度♥♥♥	総合格闘技 (上級) 久松 勇二 難易度★★★強度♥♥♥	柔術 (スパーリング) 岡市 尚士 難易度★★★強度♥♥♥	柔術 (フリーマット) 三浦 龍 難易度★強度♥	総合格闘技 (上級) 久松 勇二 難易度★★★強度♥♥♥		
23						22:45class ends	23:00 close

ファイティングラボ高田馬場 インストラクター紹介

店舗代表 塚原 健二

1997年12月8日(40)
指導クラス:ボクシング
指導時間
月曜18:00-21:00、火曜18:00-21:00
金曜16:00-21:00、土曜12:00-19:00、日曜14:00-18:00
格闘技歴:ボクシング7年
一貫:格闘技で健康に!
写真No.1



店舗SNS
X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



COMING SOON

COMING SOON

滝崎 善郎

1984年12月18日(39)
指導クラス:キックボクシング
指導時間
月曜12:00-19:00
格闘技歴:キックボクシング12-13年
一貫:格闘技で健康に!
写真No.1



中桐 涼輔

1993年9月8日(30)
指導クラス:空手格闘技
指導時間
水曜17:00-19:00
格闘技歴:キックボクシング10年
一貫:空手格闘技に!
全てにおいてNo.1



出田 裕一

1984年10月13日(39)
指導クラス:ムエタング
指導時間
水曜17:00-19:00
格闘技歴:ボクシング10年以上
一貫:格闘技で健康に!
写真No.1



COMING SOON

三浦 麗

1975年6月5日(48)
指導クラス:ブラジリアン柔術
指導時間
水曜12:00-21:00、木曜18:00-23:00
格闘技歴:ブラジリアン柔術13年
一貫:格闘技で健康に!
写真No.1



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net

齊藤 理

1989年1月26日(35)
指導クラス:総合、ムエタング、テークダウン
指導時間
月曜12:00-19:00
格闘技歴:総合格闘技20年
一貫:格闘技で健康に!
キロギムNo.1

COMING SOON

久松 裕孝

1971年1月18日(52)
指導クラス:柔道、柔道合気
指導時間
月曜12:00-19:00
格闘技歴:MMA25年
一貫:格闘技で健康に!
腕力No.1



ねこ太

指導クラス:キックボクシング
指導時間
日曜12:00-14:00
一貫:格闘技で健康に!
写真No.1

COMING SOON



小泉 慶嗣

指導クラス:総合、グラップリング
指導時間
月曜18:00-21:00
一貫:格闘技で健康に!
写真No.1



藤井 重輔

指導クラス:キックボクシング
指導時間
水曜13:00-18:00、木曜13:00-18:00
格闘技歴:20年
一貫:格闘技で健康に!
打ち込みNo.1



岡市 尚士

指導クラス:柔術
指導時間
水曜12:00-23:00
格闘技歴:総合格闘技20年
一貫:格闘技で健康に!
写真No.1

COMING SOON

神谷 哲也

指導クラス:ブラジリアン柔術、柔術フィジカル
指導時間
月曜18:00-19:00
格闘技歴:柔術10年以上等
一貫:格闘技で健康に!
写真No.1

福垣 剛大

指導クラス:総合、グラップリング
指導時間
水曜18:00-19:00
格闘技歴:柔術
一貫:格闘技で健康に!
腕力No.1

