



★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 (マスマーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥ | キックボクシング (女性限定) (中級マスマーリング) 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 (多々エリート) 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 (マスマーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥ | キックボクシング (マスマーリング) 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) 稲垣 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 (マスマーリング) 藤井 重綺 難易度★★★強度♥♥♥ | キックボクシング (初心者) 稲垣 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 (マスマーリング) 稲垣 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♥♥♥ | ※キックマスマーリングクラスは、ボクシングマスマ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 (マスマーリング) 塚原 健二 難易度★★★強度♥♥♥ | キックボクシング (マスマーリング) 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 (マスマーリング) 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る場合がございますので予めご了承ください。 ※マスマーククラスで参加者が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 | | | | | | | |

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
一審: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:
水曜12:00-19:00
格闘技歴:キックボクシング12-13年
一審: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12:00-19:00
格闘技歴:キックボクシング10年
一審: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:ムエタイ
指導時間:
水曜12:00-19:00
格闘技歴:ボクシング10年以上
一審:格闘技で健康に!
写真No.1



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
一審:格闘技で健康に!
写真No.1



COMING SOON

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net

齊藤 暉

1989年1月26日(35)
指導クラス:総合、ムエタイ、テークダウン
指導時間:
月曜18:00-21:00
格闘技歴:総合格闘技20年
一審: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18:00-21:00
格闘技歴:MMA25年
一審: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
一審: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
一審:格闘技で健康に!
写真No.1



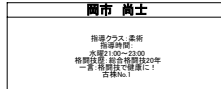
藤井 重輔

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
一審: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18:00-23:00
格闘技歴:総合格闘技20年
一審:格闘技で健康に!
写真No.1



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18:00-18:00
格闘技歴:柔術10年以上等
一審:格闘技で健康に!
写真No.1



福垣 翔大

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
一審:格闘技で健康に!
腕力No.1

