



# ★ファイティングラボ新座 AKZA 8月時間割★

【営業時間】平日 10:00~22:00 土曜 12:00~18:00 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】■キックボクシング 空手、ジークンドー ■自主練習&ミット ■フィジカル ■無料体験限定

|    | 月曜  | 火曜  | 水曜  | 木曜  | 金曜  | 土曜  | 日曜   |                      |  |
|----|---|---|---|---|---|---|--|----------------------|--|
| 7  |   |   |   |   |   |   |  |                      |  |
| 8  | ※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。<br>参加人数4人以上の場合はミットは持てませんのでご了承ください。<br>また、途中から参加された方のミットは持てない場合がございます |   |   |   |   |   |  |                      |  |
| 9  | 10:00 open 10:10 start  |   |   |   |   |   |  |                      |  |
| 10 | キックボクシング(ダイエット)<br>【無料体験】<br>嵐士<br>難易度★強度♥♥   | キックボクシング(ダイエット)<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥♥        | キックボクシング(ダイエット)<br>福島 嵩<br>難易度★強度♥♥         | キックボクシング(ダイエット)<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥♥        | キックボクシング(ダイエット)<br>針谷 耕<br>難易度★強度♥♥         | 無料体験実施中!!!<br>体験予約はWEBから!!!   |  |                      |  |
| 11 | 総合格闘技(中級者)<br>嵐士<br>難易度★★強度♥♥♥  | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥ | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>福島 嵩<br>難易度★強度♥  | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥ | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>針谷 耕<br>難易度★強度♥  |   |  | 12:00open 12:10start |  |
| 12 | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)   | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                   | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                   | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                   | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                   | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>菅洞 雅也<br>難易度★強度♥  | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>木村 俊空<br>難易度★強度♥   |                      |  |
| 13 | フィジカルトレーニング(初心者)<br>嵐士<br>難易度★強度♥♥  | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥ | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>福島 嵩<br>難易度★強度♥  | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥ | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>北島 颯人<br>難易度★強度♥ | キックボクシング(コンビネーションミット)<br>菅洞 雅也<br>難易度★強度♥   | キックボクシング(コンビネーションミット)<br>木村 俊空<br>難易度★強度♥  |                      |  |
| 14 | キックボクシング(コンビネーションミット)<br>嵐士<br>難易度★強度♥  | キックボクシング(コンビネーションミット)<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥   | キックボクシング(コンビネーションミット)<br>福島 嵩<br>難易度★強度♥    | キックボクシング(コンビネーションミット)<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥   | キックボクシング(コンビネーションミット)<br>北島 颯人<br>難易度★強度♥   | キックボクシング(ダイエット)<br>菅洞 雅也<br>難易度★強度♥♥  | キックボクシング(ダイエット)<br>木村 俊空<br>難易度★強度♥♥       |                      |  |
| 15 | キックボクシング(中級テクニク)<br>嵐士<br>難易度★★強度♥ ミット1R  | キックボクシング(中級テクニク)<br>荻野 勝美<br>難易度★★強度♥ ミット1R | キックボクシング(中級テクニク)<br>福島 嵩<br>難易度★★強度♥ ミット1R  | キックボクシング(中級テクニク)<br>荻野 勝美<br>難易度★★強度♥ ミット1R | キックボクシング(中級テクニク)<br>北島 颯人<br>難易度★★強度♥ ミット1R | キックボクシング(マッサハーリング)<br>菅洞 雅也<br>難易度★★★強度♥♥   | キックボクシング(マッサハーリング)<br>木村 俊空<br>難易度★★★強度♥♥  |                      |  |
| 16 | キックボクシング(マッサハーリング)<br>嵐士<br>難易度★★★強度♥♥  | キックボクシング(マッサハーリング)<br>荻野 勝美<br>難易度★★★強度♥♥   | キックボクシング(マッサハーリング)<br>福島 嵩<br>難易度★★★強度♥♥    | キックボクシング(マッサハーリング)<br>荻野 勝美<br>難易度★★★強度♥♥   | キックボクシング(マッサハーリング)<br>北島 颯人<br>難易度★★★強度♥♥   | 総合格闘技(初心者)<br>高橋 孝徳<br>難易度★強度♥  | キックボクシング(マッサハーリング)<br>木村 俊空<br>難易度★★★強度♥♥  |                      |  |
| 17 | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>嵐士<br>難易度★強度♥   | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥    | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>福島 嵩<br>難易度★強度♥     | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥    | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>北島 颯人<br>難易度★強度♥    | 総合格闘技(スパーリング)<br>高橋 孝徳<br>難易度★★★強度♥♥  | キックボクシング(自主練習&ミットR)<br>木村 俊空<br>難易度★★★強度♥♥ |                      |  |
| 18 | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)   | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                   | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                   | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                   | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                   | 17:45class ends 18:00close  |  |                      |  |
| 19 | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>嵐士<br>難易度★強度♥♥   | キックボクシング(マッサハーリング)<br>荻野 勝美<br>難易度★強度♥♥     | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>福島 嵩<br>難易度★強度♥  | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>北島 颯人<br>難易度★強度♥ | キックボクシング(自主練習&ミットR)<br>小泉 慶嗣<br>難易度★強度♥     | 営業時間のお知らせ<br>8/12(月)祝日営業7:00~18:00<br>8/13(火)~8/16(金)は、<br>「10:00~18:00」までの営業時間となります。 |  |                      |  |
| 20 | 総合格闘技(初心者)<br>網 酒太郎<br>難易度★強度♥  | ノーギ柔術(初心者)<br>河村 泰博<br>難易度★強度♥              | ブラジリアン柔術(初心者)<br>【無料体験】<br>小島 健史<br>難易度★強度♥ | キックボクシング(中級テクニク)<br>高橋 孝徳<br>難易度★★強度♥       | キックボクシング(マッサハーリング)<br>小泉 慶嗣<br>難易度★★★強度♥♥   |   |  |                      |  |
| 21 | 総合格闘技(スパーリング)<br>網 酒太郎<br>難易度★★★強度♥♥♥   | ノーギ柔術(スパーリング)<br>河村 泰博<br>難易度★強度♥♥          | ブラジリアン柔術(スパーリング)<br>小島 健史<br>難易度★★強度♥♥      | キックボクシング(マッサハーリング)<br>高橋 孝徳<br>難易度★★★強度♥♥   | ブラジリアン柔術(初心者)<br>【無料体験】<br>小島 健史<br>難易度★強度♥ |   |  |                      |  |
| 22 | 21:45class ends   |   | 22:00 close                                 |   |   |   |  |                      |  |

# ファイティングラボ新座AKZA インストラクター紹介

店舗代表 嵐士

1994年5月15日(29)  
指導クラス: キックボクシング  
指導時間: 月曜 10:00~20:00  
格闘技歴: 12年  
戦績: 6戦4勝2敗 タイトル: ランキング J-NE1 2018年度新人王  
一言: 怪我には気を付けましょう!  
笑顔NO.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



河村 泰博

1991年2月22日(33歳)  
指導クラス: 寝技  
指導時間  
本曜 20:00~22:00  
格闘技歴: 総合格闘技15年  
戦績: 15勝9敗1分タイトル: ランキング Fighting News ベンタム級王者  
基礎から少し変わった技術まで教えていければと思います!  
スニーカー所持数NO.1



小島 健史

1984年7月19日(38歳)  
指導クラス: 柔術  
指導時間  
本曜 20:00~22:00 金曜 21:00~22:00  
格闘技歴: 柔術 柔術黒帯  
名: 小島 健史 2023年 一帯 黒帯 小島 健史  
JBA 全日本 MMA 黒帯 2023年 一帯 黒帯 小島 健史  
JFA 全日本 MMA 黒帯 2023年 一帯 黒帯 小島 健史  
一言: 人生には夢をください! 何をやらせようか?  
笑顔NO.1



網 潤太郎

1985年5月30日(37歳)  
指導クラス: 総合格闘技  
指導時間  
月曜 20:00~22:00  
格闘技歴: 17年  
戦績: 8勝0敗1分  
一言: MMAは素晴らしいです!  
組み手NO.1



針谷 耕

指導クラス: キックボクシング  
指導時間  
金曜 10:00~12:00  
格闘技歴: 20年  
戦績: 5勝3敗  
一言: 一緒に練習して上手くなりますよ!  
顔の光り具合NO.1



高橋 孝徳

1995年8月1日(27歳)  
指導クラス: キックボクシング、総合格闘技  
指導時間  
本曜 20:00~22:00 土曜 16:00~18:00  
格闘技歴: キックボクシング 10年、MMA 10年  
戦績: 13勝13敗1分無効試合  
分かり易く指導します!  
フィジカルNO.1

Coming Soon

木村 優空

2003年1月30日(21歳)  
指導クラス: キックボクシング  
指導時間: 日曜 12:00~18:00  
格闘技歴: キックボクシング 4年  
戦績: 3勝2敗1分(アマチュア)  
一言: 怪我には気を付けましょう!  
真やNO.1

Coming Soon

菅洞 雅也

1972年4月1日(50歳)  
指導クラス: キックボクシング  
指導時間  
土曜 12:00~16:00  
格闘技歴: キックボクシング 7年(柔術黒帯)  
戦績: 柔術 6勝6勝  
一言: コレクション  
やさしい指導NO.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



小泉 慶嗣

1989年12月22日(32歳)  
指導クラス: キックボクシング  
指導時間  
金曜 18:00~21:00  
格闘技歴: MMA 20年(柔術黒帯)  
一言: たのしくやりますよ!  
カンガNO.1



北島 颯人

2003年3月28日(20歳)  
指導クラス: キックボクシング  
指導時間  
木曜 19:00~20:00、金曜 13:00~18:00  
格闘技歴: キックボクシング 4年  
戦績: 17勝0敗(アマチュア)  
一言: がんばりましょう!  
手足長いNO.1



福島 颯

1988年12月31日(25)  
指導クラス: キックボクシング  
指導時間  
本曜 10:00~20:00  
格闘技歴: キックボクシング 8年 柔道 3年  
戦績: 2勝2勝(アマチュア)  
一言: 格闘技で健康に!  
遠征NO.1

Coming Soon

狡野 勝美

2002年4月15日(21歳)  
指導クラス: キックボクシング  
指導時間  
火曜 10:00~20:00、土曜 10:00~18:00  
格闘技歴: キックボクシング 1年  
戦績: 2勝2勝(アマチュア)  
一言: 基礎からしっかりやって強くなりますよ!  
たふん人気NO.1