

# ★ファイティングラボ赤羽 10月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00(祝日は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 ■ムエタイ ■総合格闘技 ■その他 ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 狹野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエットマスパーリング) 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエットマスパーリング) 関 響子 難易度★強度▼	※祝日は18時までの営業時間となります。 10月の祝日は10/14(月)です。		7
8	キックボクシング (ダイエット) 狹野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 関 響子 難易度★強度▼	ムエタイ (初心者) 関 響子 難易度★強度▼			8
9	キックボクシング 「無料体験限定」 狹野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 関 響子 難易度★強度▼			9
10	キックボクシング (ダイエット) 狹野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度▼	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		10
11	キックボクシング (初心者) 狹野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 野津 良太 難易度★強度▼	ムエタイ (初心者) 関 響子 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 (初心者) 関 響子 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)	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 谷川 健志 難易度★強度▼ミット1R	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」 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 大野 兼資 難易度★強度▼	12
13	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 狹野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度▼	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 阿部 沙紀 難易度★強度▼	空手 (初心者) 谷川 健志 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 大野 兼資 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) 狹野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 野津 良太 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 阿部 沙紀 難易度★強度▼	空手 (中級者) 谷川 健志 難易度★★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング (マスパーリング) 大野 兼資 難易度★★強度▼	14
15	キックボクシング (初心者) (キッズ優先クラス) 狹野 勝美 難易度★強度▼ ミット1R	アクションレッスン (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度▼	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 阿部 沙紀 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 谷川 健志 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング (中級テクニック) 大野 兼資 難易度★★強度▼	15
16	フリートレーニング (インストラクター不在)	護身術 (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 阿部 沙紀 難易度★強度▼ ミット1R	キックボクシング (キッズ優先クラス) 谷川 健志 難易度★強度▼	キックボクシング (キッズ優先クラス) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 森脇 公三 難易度★★強度▼	ボクシング (ダイエット) 大野 兼資 難易度★強度▼	16
17	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング (キッズ優先クラス) 千葉 明寛 難易度★強度▼ ミット1R	ボクシング (コンビネーションミット) 阿部 沙紀 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 (自主練習&ミット2R) 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 大野 兼資 難易度★強度▼	17
18	キックボクシング (初心者) 野津 良太 難易度★強度▼	総合格闘技 (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	護身術 (初心者) 齋藤 祐貴 難易度★強度▼	17:45class ends 18:00close  ※マスパークラスに参加する場合は 必ずマウスピース、膝当て(キックの場合)、 ファールカップ(キックの場合) を着用をお願いします。 ※初級、中級問わず必ず必須でございます。 ※回転系の技、バックブロー、キックは禁止とします。 ※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 お断りする場合がございますので予めご了承ください。 ※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。 ※中級クラスの場合はオンラインで配信されます。		18
19	キックボクシング&ムエタイ (初心者) 野津 良太 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 (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 塚原 健二 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 齋藤 祐貴 難易度★強度▼			19
20	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 花井 順 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 千葉 明寛 難易度★★強度▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 塚原 健二 難易度★強度▼	有酸素hittトレーニング (初心者) 齋藤 祐貴 難易度★強度▼	20		
21	キックボクシング (マスパーリング) 合川 雅夫 難易度★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 花井 順 難易度★★強度▼	護身術 (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度▼	ボクシング (マスパーリング) 塚原 健二 難易度★★強度▼	キックボクシング (マスパーリング) 齋藤 祐貴 難易度★★強度▼	21		
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 合川 雅夫 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 花井 順 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 千葉 明寛 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 塚原 健二 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 齋藤 祐貴 難易度★強度▼	22		
23	22:45class ends 23:00 close							23

# ファイティングラボ赤羽 インストラクター紹介

店舗代表 千葉 明寛

1981年1月11日(42)  
指導クラス:キックボクシング 護身術 総合格闘技  
指導時間:  
火曜 15:00~19:00  
水曜 19:00~23:00  
格闘技歴:武術/システム/空手格闘術/柔道15年以上  
一言:武術の事ならNO.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



野津 良太

1987年6月18日(35)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
月曜 12:00~21:00 火曜 7:00~15:00  
格闘技歴:キックボクシング5年  
戦績:2戦1勝1敗10敗 タイトル/ランキング:NAJFK1位  
一言:キックボクシングの楽しさを伝えて! 互いの指導NO.1



大野 兼貴

1988年5月10日(35)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:  
白曜 12:00~18:00  
格闘技歴:ボクシング14年  
一言:ボクシング楽しませよう! 射幸性NO.1!



関 響子

1987年12月6日(35)  
指導クラス:キックボクシング ムエタイ  
指導時間:  
水曜 7:00~12:00 木曜 7:00~11:00  
金曜 7:00~12:00  
格闘技歴:キックボクシング4年  
一言:一緒に楽しませよう! 盛り上げ声量NO.1



福島 嵩

1988年12月31日(24)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
金曜 13:00~17:00  
格闘技歴:キックボクシング6年 柔道3年 MMA  
一言:一緒に上達しましょう! 腕筋NO.1!



森脇 公三

1982年11月27日(41)  
指導クラス:キック、フィジカル、MMA  
指導時間:  
土曜 12:00~18:00  
格闘技歴:15年  
一言:格闘技で健康に! 非はじめNO.1!



合川 雅夫

生年月日:非公開  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
月曜 21:00~23:00  
格闘技歴:キックボクシング20年  
楽しいレッスンいたします! ファイエンズ技術NO.1!



齋藤 祐貴

1994年06月15日(30)  
指導クラス:キックボクシング 護身術 hitte有酸素運動  
指導時間:  
金曜 18:00~23:00  
格闘技歴:ジュード1年5年 中国武術1年 柔道1年  
一言:有酸素運動をしよう! やまみれNO.1! 達成度NO.1!



塚原 健二

1983年12月8日(40)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:  
木曜 19:00~23:00  
格闘技歴:ボクシング7年  
一言:格闘技で健康に!  
スマイルNo.1



COMING SOON

坂野 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:  
月曜 7:00~16:00  
格闘技歴:キックボクシング 総合格闘技  
一言:基礎からしっかりやって強くなりましょう! お楽しみ者NO.1



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:  
水曜 12:00~17:00  
格闘技歴:空手11年、キックボクシング2年 総合格闘技  
一言:元気に明るく楽しく一緒に汗を流しましょう! 元気NO.1!



阿部 沙紀

1997年5月16日(25)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:  
水曜 13:00~18:00  
格闘技歴:ボクシング5年  
一言:楽しく頑張ってください! 背の低さNO.1!



花井 順

1972年9月5日(50)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
火曜 20:00~23:00  
格闘技歴:フルコンタクト空手10年、キックボクシング5年  
一言:楽しく強く健康になれる様、精一杯サポートします  
丁寧No.1



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net