

★ファイティングラボ赤羽 11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」 荻野 勝美 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 関 響子 難易度★強度♥ミット1R	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♥ミット1R	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♥ミット1R	※祝日は18時までの営業になります。 今月の祝日は3日(金)、23日(木)です。		7
8	キックボクシング (ダイエット) 荻野 勝美 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 関 響子 難易度★強度♥♥ミット1R	ムエタイ (初心者) 関 響子 難易度★強度♥♥ミット1R			8
9	キックボクシング 「無料体験限定」 荻野 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) 荻野 勝美 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度♥♥ミット1R	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♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度♥♥ミット1R			無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!
11	キックボクシング (初心者) 荻野 勝美 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 野津 良太 難易度★強度♥ミット1R	ムエタイ (初心者) 関 響子 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 (初心者) 関 響子 難易度★強度♥ミット1R	12:00open 12:10start		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♥ミット1R	12
13	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 荻野 勝美 難易度★強度♥ミット無	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♥ミット無	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 阿部 沙紀 難易度★強度♥♥ミット1R	空手 (初心者) 谷川 健志 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) 福島 嵩 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) 森脇 公三 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 大野 兼資 難易度★強度♥ミット無	13
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 荻野 勝美 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) 野津 良太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 阿部 沙紀 難易度★強度♥ミット1R	空手 (中級者) 谷川 健志 難易度★★強度♥♥ミット1R	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♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 森脇 公三 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (マスパーリング) 大野 兼資 難易度★★強度♥♥ミット1R	14
15	キックボクシング (キッズ優先クラス) 荻野 勝美 難易度★強度♥ミット1R	ピラティス (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度♥ミット無	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 阿部 沙紀 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) 谷川 健志 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 福島 嵩 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 森脇 公三 難易度★★強度♥♥ミット1R	ボクシング (中級テクニック) 大野 兼資 難易度★★強度♥♥ミット1R	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♥ミット無	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♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 福島 嵩 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (マスパーリング) 森脇 公三 難易度★★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 大野 兼資 難易度★★強度♥♥ミット1R	16
17	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 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) 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♥ミット1R	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♥ミット1R	ボクシング (自主練習&ミット2R) 大野 兼資 難易度★強度♥ミット1R	17
18	キックボクシング (初心者) 野津 良太 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 千葉 明寛 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)	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♥ミット無	17:45class ends 18:00close		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♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 塚原 健二 難易度★強度♥ミット1	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 齋藤 祐貴 難易度★強度♥ミット無	※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(膝当て)を 必ずお着払いいたします。 ※初級、中級問わず必ず必須でございます。 ※回転する技、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。		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♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 花井 順 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング (マスパーリング) 千葉 明寛 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 塚原 健二 難易度★強度♥ミット1R	有酸素hittトレーニング (初心者) 齋藤 祐貴 難易度★強度♥♥ミット1R			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♥♥ミット1R	キックボクシング (マスパーリング) 花井 順 難易度★★強度♥♥ミット1R	護身術 (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度♥ミット無	ボクシング (マスパーリング) 塚原 健二 難易度★★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (マスパーリング) 齋藤 祐貴 難易度★★強度♥♥ミット1R	※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せませんのでご了承下さい。 また、途中から参加された方のミットは持っていない場合がございます		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♥ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 花井 順 難易度★強度♥ミット1R	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♥ミット1R	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♥ミット1R	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♥ミット1R			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



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:NAJF1位
一言:キックボクシングの楽しさを伝えて! ミカへの指導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!



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! お断り者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!



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!



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!

店舗SNS
X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



関 馨子

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:一緒に上達しましょう! 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!



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:
水曜 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



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