



★ファイティングラボ大森 1月時間割★

【営業時間】月・水・木・金 7:00~22:00 火曜 7:00~23:00 土曜 12:00~17:00 日曜 12:00~17:00 祝日 7:00-18:00 (年中無休)

【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 ■キックボクシング ■柔術・寝技 ■総合格闘技 ■その他 ■無料体験

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜		
	7:00OPEN 7:10START					12:00OPEN 12:10START			
7	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 松本 樹弥 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット無し	土日を除く祝日の営業時間は 7:00-18:00となります。 <small>年末年始の営業時間 12/31(祝)~1/2(休)12:00-15:00 1/3(祝)7:00-18:00 1/4(出)通常営業再開 1/18(月)7:00-18:00</small>			
8	フィジカルトレーニング(初心者) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥ミット無し	フィジカルトレーニング(初心者) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 松本 樹弥 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」 小谷崎 徹 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」 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥ミット1R				
9	キックボクシング(初心者) 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 松本 樹弥 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット1R				
10	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥1R	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 松本 樹弥 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」 小谷崎 徹 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」 小谷崎 徹 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	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) 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 松本 樹弥 難易度★★★強度♥♥♥	フィジカルトレーニング (中級) 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥ミット無し	フリートレーニング (インストラクター不在)				
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)	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」 簡井 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット1R		
13	フィジカルトレーニング (中級) 池田 竜司 難易度★★強度♥♥ミット無し	フリートレーニング (インストラクター不在)	フィジカルトレーニング (中級) 池田 竜司 難易度★★強度♥♥ミット無し	フレックスクラス (初心者) 松本 樹弥 難易度★強度♥ミット無し	フィジカルトレーニング (中級) 池田 竜司 難易度★★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 簡井 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット1R		
14	キックボクシング(初心者) (中級) 池田 竜司 難易度★強度♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング (中級) 池田 竜司 難易度★★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 池田 竜司 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 松本 樹弥 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 池田 竜司 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 簡井 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	ボクシング(有酸素) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット無し		
15	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 池田 竜司 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 池田 竜司 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 池田 竜司 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 松本 樹弥 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 池田 竜司 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	総合格闘技 (マ斯巴ーリング) 簡井 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	フィジカルトレーニング (中級) 小谷崎 徹 難易度★強度♥♥ミット無し		
16	キックボクシング(コンビネーションミット) 池田 竜司 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) 「無料体験」 池田 竜司 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) 「無料体験」 池田 竜司 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) 「無料体験」 松本 樹弥 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) 池田 竜司 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (打ち込み) 簡井 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 小谷崎 徹 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し		
17	キックボクシング(初心者) 池田 竜司 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 池田 竜司 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 池田 竜司 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 松本 樹弥 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 池田 竜司 難易度★強度♥ミット1R	※フレックスクラスは音に合わせて行うストレッチクラスの 為、自主練習、サンドバッグは禁止となります。 ※マ斯巴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) を必ず着てお願いいたします。 ※初級、中級問わず必ず必須でございます。 ※回転系の技、バックフロー、キャッチは禁止とします。			
18	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)	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)				
19	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 福岡 未来 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 池田 竜司 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」 小谷崎 徹 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」 松本 樹弥 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 松本 樹弥 難易度★強度♥♥ミット1R				
20	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 福岡 未来 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 池田 竜司 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	ボクシング(有酸素) 「無料体験」 小谷崎 徹 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 松本 樹弥 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	キックボクシング(コンビネーションミット) 松本 樹弥 難易度★強度♥ミット1R	※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。 ※マ斯巴ークラスで参加者が1名の場合はその他レッ ズンを行います。※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 承下さい。 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			
21	総合格闘技 (スパーリング) 福岡 未来 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	ボクシング(コンビネーションミット) 池田 竜司 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 小谷崎 徹 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	総合格闘技 (スパーリング) 松本 樹弥 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し	キックボクシング (マ斯巴ーリング) 松本 樹弥 難易度★★★強度♥♥♥ミット無し				
22	21:45class ends 22:00 close	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 池田 竜司 難易度★強度♥	21:45class ends 22:00 close						

ファイティングラボ大森 インストラクター紹介

店舗代表 小谷崎 徹

1985年1月5日
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間:
月曜日7:00-11:00、火曜日7:00-12:00、水曜日19:00-22:00
木曜日7:00-12:00、金曜日7:00-11:00、日曜日12:00-17:00
格闘技歴:キック・空手
笑顔No.1
一言:美味しく楽しく健康に☆彡



Coming Soon

池田 竜司

1995年5月31日
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間:
月曜日13:00-18:00、火曜日14:00-23:00
水曜日13:00-18:00、金曜日13:00-18:00
格闘技歴:ボクシング、キックボクシング
イケメンNo.1
一言:楽しくトレーニングしましょう!



福岡 未来

2001年5月27日
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技、フィジカル
指導時間:月曜日19:00-22:00
格闘技歴:15年
真面目No.1
一言:怪我に気をつけて練習しましょう

松本 樹弥

2001年10月21日
指導クラス:キックボクシング
指導時間:水曜日7:00-12:00、木曜日13:00-22:00、金曜日19:00-22:00
格闘技歴:キックボクシング、MMA
若手No.1 一言:格闘技を楽しみましょう!



筒井

2002年4月2日
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技
指導時間:
土曜日12:00-17:00
格闘技歴:キックボクシング、総合格闘技
寝技No.1
一言:格闘技を楽しみましょう!

店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



COMING SOON

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net