



★ファイティングラボ高田馬場 2月時間割★

【営業時間】平日 13:00~23:00 土曜 12:00~20:00 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						<div style="font-size: small; color: red;"> ※打撃ありのスパarringクラスに 参加する場合は必ずマウスピース、護 当て(キックの場合)、フールカップ を必ずお持ちください。(初級、 中級問わず必ず必須でございます。) ※日曜12:00女性限定初心者キッ クマスパarringクラスは除きま す。 ※初心者キックマスパ(女性限 定)は正面への接触のないクラスで す。護当て・マウスピースなしでも 参加できます。 ※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、途中か ら参加された方のミットは持てない場 合があります。 </div>							
8							<div style="font-size: small; color: red;"> ※打撃ありのスパarringクラスに 参加する場合は必ずマウスピース、護 当て(キックの場合)、フールカップ を必ずお持ちください。(初級、 中級問わず必ず必須でございます。) ※日曜12:00女性限定初心者キッ クマスパarringクラスは除きま す。 ※初心者キックマスパ(女性限 定)は正面への接触のないクラスで す。護当て・マウスピースなしでも 参加できます。 ※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、途中か ら参加された方のミットは持てない場 合があります。 </div>						
9								<div style="font-size: small; color: red;"> ※打撃ありのスパarringクラスに 参加する場合は必ずマウスピース、護 当て(キックの場合)、フールカップ を必ずお持ちください。(初級、 中級問わず必ず必須でございます。) ※日曜12:00女性限定初心者キッ クマスパarringクラスは除きま す。 ※初心者キックマスパ(女性限 定)は正面への接触のないクラスで す。護当て・マウスピースなしでも 参加できます。 ※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、途中か ら参加された方のミットは持てない場 合があります。 </div>					
10									<div style="font-size: small; color: red;"> ※打撃ありのスパarringクラスに 参加する場合は必ずマウスピース、護 当て(キックの場合)、フールカップ を必ずお持ちください。(初級、 中級問わず必ず必須でございます。) ※日曜12:00女性限定初心者キッ クマスパarringクラスは除きま す。 ※初心者キックマスパ(女性限 定)は正面への接触のないクラスで す。護当て・マウスピースなしでも 参加できます。 ※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、途中か ら参加された方のミットは持てない場 合があります。 </div>				
11										<div style="font-size: small; color: red;"> ※打撃ありのスパarringクラスに 参加する場合は必ずマウスピース、護 当て(キックの場合)、フールカップ を必ずお持ちください。(初級、 中級問わず必ず必須でございます。) ※日曜12:00女性限定初心者キッ クマスパarringクラスは除きま す。 ※初心者キックマスパ(女性限 定)は正面への接触のないクラスで す。護当て・マウスピースなしでも 参加できます。 ※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、途中か ら参加された方のミットは持てない場 合があります。 </div>			
12											12:00open 12:10start		
13											ボクシング 「無料体験限定」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミットなし	キックボクシング 女性限定 (初級マスパarring) ねこ太 難易度★★強度▼ミットなし	
14											ボクシング 「無料体験限定」 伊藤 力也 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) 伊藤 力也 難易度★★強度▼ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 岩淵 将大 難易度★★強度▼ミットなし
15											キックボクシング (コンビネーションミット) 星野 侑太 難易度★★強度▼ミットなし	キックボクシング (マスパarring) 伊藤 力也 難易度★★強度▼▼	キックボクシング (マスパarring) 岩淵 将大 難易度★★強度▼▼
16											キックボクシング(初心者) 「無料体験」 星野 侑太 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▼▼	フィジカルトレーニング (初心者) 岩淵 将大 難易度★強度▼▼ミットなし
17											キックボクシング (マスパarring) 星野 侑太 難易度★★強度▼▼	柔術 (スパarring) 神谷 哲也 難易度★★強度▼▼	キックボクシング 「無料体験限定」 岩淵 将大 難易度★★強度▼ミットなし
18						フリートレーニング (インストラクター不在)					総合格闘技 (プロ練習) 中桐 涼輔 難易度★★★強度▼▼▼	17:45class ends 18:00 close <div style="color: red; font-size: x-small;"> ※キックマスパarringクラス は、ボクシングマスパarring も練習可能です。 ※回転系の技、バックブロー、 キャッチは禁止とします。 </div>	
19						キックボクシング(初心者) 「無料体験」 アサヒ 難易度★強度▼ミット1R	総合格闘技 (スパarring) アサヒ 難易度★★強度▼▼				 <div style="color: red; font-size: x-small;"> ※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 ですので予めご了承ください。 ※マスパarring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。 </div>		
20						キックボクシング (マスパarring) アサヒ 難易度★★強度▼▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	 <div style="color: red; font-size: x-small;"> ※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 ですので予めご了承ください。 ※マスパarring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。 </div>					
21						フリートレーニング (インストラクター不在)	総合格闘技 (上級) 久松 勇二 難易度★★★強度▼▼▼	 <div style="color: red; font-size: x-small;"> ※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 ですので予めご了承ください。 ※マスパarring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。 </div>					
22						柔術(テクニック) 「無料体験」 三浦 麗 難易度★強度▼▼	総合格闘技 (上級) 久松 勇二 難易度★★★強度▼▼▼	 <div style="color: red; font-size: x-small;"> ※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 ですので予めご了承ください。 ※マスパarring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。 </div>					
23						22:45class ends 23:00 close							

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 岩淵 将大

1985年4月28日(39)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 日曜16:00~18:00
格闘技歴:11年 実録No.1
一言:格闘技全般なんでも聞いてください。



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



津崎 善郎
1984年12月19日(39)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 火曜16:00~18:00
格闘技歴:キックボクシング12~13年
一言:格闘技で楽業に!
優勝No.1



中瀬 涼輔
1993年9月8日(30)
指導クラス:総合格闘技
指導時間: 土曜16:00~20:00
格闘技歴:キックボクシング10年
一言:すべてで楽業に!
全てにおいてNo.1



アサヒ
2006年11月13日(18)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:月曜18:00~21:00, 金曜18:00~21:00
格闘技歴:総合格闘技3年, キックボクシング1年
一言:基礎的な動きなどを指導しています。
★基本No.1

COMING SOON

三浦 颯
1975年5月5日(48)
指導クラス:フリースタイル柔術
指導時間: 月曜21:00~23:00, 木曜20:00~23:00
格闘技歴:フリースタイル柔術13年
一言:格闘技で楽業に!
得意No.1



齊藤 曜
1985年1月29日(38)
指導クラス:総合, フリースタイル, チェクダウン
指導時間: 月曜16:00~17:00
格闘技歴:総合格闘技20年
一言:格闘技で楽業に!
キロテンNo.1



久松 勇二
1971年9月10日(52)
指導クラス:上級総合
指導時間: 火曜21:30~23:00, 水曜21:30~23:00
格闘技歴: MMA23年
一言:格闘技で楽業に!
厳しNo.1



伊藤 カ也
1999年10月29日(24)
指導クラス:柔術
指導時間:土曜12時~16時
格闘技歴:フリースタイル柔術, キックボクシング
一言:キックボクシングで一緒に汗を流しましょう!
イクスNo.1

ご意見ご要望はこちらまで

info@tkdj.net



小泉 慶嗣
指導クラス:総合, グラップリング
指導時間: 水曜18:00~21:00
格闘技歴:総合格闘技20年
一言:格闘技で楽業に!
李真No.1



藤井 重晴
1995年11月17日(27)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 水曜13:00~18:00
格闘技歴: MMA2年
一言:格闘技で楽業に!
打ち込みNo.1

COMING SOON



神谷 哲也
1975年1月29日(48)
指導クラス:フリースタイル柔術, 柔術フィジカル
指導時間: 土曜16:00~18:00
格闘技歴:柔術歴10年実帯
一言:格闘技で楽業に!
自然体No.1



黒垣 翔大
2002年9月25日(22)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 木曜16:00~18:00
格闘技歴:1年
一言:格闘技で楽業に!
開発力No.1



ゴウマン
1999年8月6日(25)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 火曜18:00~19:00
格闘技歴:ボクシング7年
一言:実戦を想定し格闘技を楽しみましょう!
スマイルNo.1



星野 侑太
2003年12月8日(20)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 水曜13:00~18:00
格闘技歴:キックボクシング
一言:必ず格闘技を楽しみましょう!
★足の速さNo.1

COMING SOON

ねこ木
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 日曜12:00~14:00
一言:格闘技で楽業に!
食欲No.1