



★ファイティングラボ国分寺 4月時間割★

【営業時間】平日 9:00~22:00 土曜 9:00~15:00 日曜 9:00~15:00(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・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							
8	9:00open 9:10start					9:00open 9:10start	
9	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 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」 木内 崇雅 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」 木内 崇雅 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」 木内 崇雅 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」 木内 崇雅 難易度★強度▼ミット1R	総合格闘技(初心者) 前川 修寛 難易度★強度▼	総合格闘技(初心者) 柴田 修社 難易度★強度▼
10	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 木内 崇雅 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 木内 崇雅 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 木内 崇雅 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 木内 崇雅 難易度★強度▼ミット1R	総合格闘技(スパーリング) 前川 修寛 難易度★強度▼♥♥	総合格闘技(スパーリング) 柴田 修社 難易度★強度▼♥♥
11	ボクシング(コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥♥ミット1R	キックボクシング(ダイエツ) 木内 崇雅 難易度★強度▼	キックボクシング(マススパーリング) 木内 崇雅 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(マススパーリング) 木内 崇雅 難易度★強度▼♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 前川 修寛 難易度★強度▼ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 柴田 修社 難易度★強度▼ミットなし
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(コンビネーションミット) 前川 修寛 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) 柴田 修社 難易度★強度▼ミットなし
13	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 木内 崇雅 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) 「無料体験」 木内 崇雅 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」 木内 崇雅 難易度★強度▼	キックボクシング(マススパーリング) 前川 修寛 難易度★強度▼♥♥	キックボクシング(マススパーリング) 柴田 修社 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) 木内 崇雅 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング(初心者) 柴田 修社 難易度★強度▼♥♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 木内 崇雅 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 柴田 修社 難易度★強度▼ミットなし	総合格闘技(スパーリング) 木内 崇雅 難易度★強度▼♥♥	キックボクシング(マススパーリング) 前川 修寛 難易度★強度▼ミットなし	キックボクシング「無料体験限定」 柴田 修社 難易度★強度▼
15	総合格闘技(初心者) 木内 崇雅 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 柴田 修社 難易度★強度▼ミットなし	ノーギ柔術(スパーリング) 木内 崇雅 難易度★強度▼♥♥	フィジカルトレーニング(初心者) 柴田 修社 難易度★強度▼♥♥	ノーギ柔術(スパーリング) 木内 崇雅 難易度★強度▼♥♥	14:45class ends 15:00close	
16	キックボクシング「無料体験限定」 木内 崇雅 難易度★強度▼	フリートレーニング(インストラクター不在)	ノーギ柔術(初心者) 木内 崇雅 難易度★強度▼	フリートレーニング(インストラクター不在)	ノーギ柔術(初心者) 木内 崇雅 難易度★強度▼	※スパーリングに参加する際は必ずマウスピース、 膝当て、フェールカップを着用してください。	
17	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)	※力任せに攻撃する方や、インストラクターの指示に従えない方は、インストラクターの判断により参加をお断りさせていただきますので予めご了承ください。	
18	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆原 季亮 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) 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 柴田 修社 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) 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 原田 聖也 難易度★強度▼ミットなし	※女性インストラクターの場合、男性会員様のミット受けは出来かねますのでご了承下さい。	
19	キックボクシング(中級者) 漆原 季亮 難易度★強度▼♥♥ミットなし	総合格闘技(初心者) 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング(コンビネーションミット) 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 柴田 修社 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) 原田 聖也 難易度★強度▼	※テクニククラスは、ディフェンス練習をメインにした対人練習です。	
20	キックボクシング(マススパーリング) 漆原 季亮 難易度★強度▼♥♥	総合格闘技(スパーリング) 柴田 修社 難易度★強度▼♥♥	キックボクシング(マススパーリング) 柴田 修社 難易度★強度▼♥♥	キックボクシング(マススパーリング) 柴田 修社 難易度★強度▼♥♥	キックボクシング(マススパーリング) 原田 聖也 難易度★強度▼♥♥	※ミットIR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てない場合がございます。	
21	キックボクシング「無料体験限定」 漆原 季亮 難易度★強度▼	キックボクシング「無料体験限定」 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング「無料体験限定」 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング「無料体験限定」 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング「無料体験限定」 原田 聖也 難易度★強度▼	* インストラクターの都合により、時間割と変更されることがあります。 SNSで告知しますのでご確認の上ご来店ください。 ※29日は祝日の為、18時までの営業になります。	
22	21:45class ends		22:00 close				
23							

店舗代表 木内 崇雅

MMA言語化No.1
1987年5月29日(37)
指導クラス:総合格闘技、キックボクシング ノーギ
指導時間:月13:00~17:00、火9:00~11:00、水9:00~17:00
木9:00~11:00、金9:00~17:00
格闘技歴:総合格闘技20年、美術紫帯
戦績:32戦18勝14敗 タイトル/ランキング:PFCストロー級チャンピオン
一言:スキニーなゾンビです。



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



前川 修寛

プロ目録No.1
1984年9月23日(40)
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技
指導時間:土9:00~15:00
格闘技歴:総合格闘技
戦績:プロ22戦
一言:4月から勤務しました。宜しくお願いします。



瀬下 鉄弥

ミットによるレッスンNo.1
1993年2月20日(32)
指導クラス:ボクシング
指導時間:月9:00~12:00
格闘技歴:ボクシング15年(プロ6年)
一言:基本的な動作を丁寧に指導します!



柴田 修杜

楽しいクラスNo.1
2000年8月2日(24)
指導クラス:総合格闘技、キックボクシング、フィジカル
指導時間:火14:00~22:00、水18:00~22:00、木14:00~22:00
日9:00~15:00
格闘技歴:4年
タイトル/ランキング:フューチャーキックトーナメント準優勝、プロ1戦
一言:優しく楽しく指導致します!



漆原 季亮

丁寧なレッスンNo.1
1989年3月2日(36)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:月18:00~22:00
格闘技歴:キックボクシング15年
一言:キックボクシングの基礎を丁寧に教えます!



原田 聖也

楽しさNo.1
2001年11月3日(23)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:金18:00~22:00
格闘技歴:キックボクシング4年
一言:楽しく格闘技しましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net