



# ★ファイティングラボ門前仲町 4月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00(金曜日 23:00まで) 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~17:00(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   |   |
|----|--|---|--|--|--|--|--|---|
|    | <b>7:00open 7:10start</b>                          |   |  |  |  |  |  |   |
| 7  | ボクシング<br>(モーニング)<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼ミット1R          | キックボクシング<br>(モーニング)<br>MARU<br>難易度★強度▼ミット1R         | キックボクシング<br>(モーニング)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット1R       | キックボクシング<br>(モーニング)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット1R       | キックボクシング<br>(モーニング)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット1R       |  |  | 7   |
| 8  | ボクシング<br>(マッサバーリング)<br>矢代 明博<br>難易度★★強度▼ミット無し      | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>MARU<br>難易度★★強度▼ミット無し     | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し   | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼        | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し   | 4/29(火) 7:00~18:00   |  | 8   |
| 9  | ボクシング<br>(ダイエット)<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼ミット1R          | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>MARU<br>難易度★★強度▼ミット無し    | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット1R | キックボクシング<br>(初心者)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット1R         | 総合格闘技<br>(初心者)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット無し            | 無料体験実施中!!<br>体験予約はWEBから!!  |  | 9   |
| 10 | ボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼ミット1R      | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>MARU<br>難易度★★強度▼ミット無し     | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼           | 総合格闘技<br>(初心者)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット無し            | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼           |  |  | 10  |
| 11 | ボクシング<br>(マッサバーリング)<br>矢代 明博<br>難易度★★強度▼ミット無し      | フリートレーニング<br>インストラクター不在                             | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼           | キックボクシング(マッサバー)<br>難易度★★強度▼<br><br>自主練習&ミット2R      |  |  | 11  |
| 12 | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | フリートレーニング<br>インストラクター不在                             | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | <b>12:00open 12:10start</b>  |  | 12  |
| 13 | ボクシング<br>【無料体験限定】<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼              | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼            | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼           | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼           | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>わっさー<br>難易度★強度▼ミット1R  | キックボクシング<br>(中級テクニック)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し  | 13  |
| 14 | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼ミット1R | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット1R  | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット1R | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット1R | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>わっさー<br>難易度★強度▼ミット1R  | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し | 14  |
| 15 | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>高梨 玲次朗<br>難易度★★強度▼ミット無し  | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し    | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し   | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し   | キックボクシング<br>(中級テクニック)<br>わっさー<br>難易度★強度▼ミット無し  | 総合格闘技<br>(初心者)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し         | 15  |
| 16 | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>高梨 玲次朗<br>難易度★強度▼          | キックボクシング<br>(キッズ中級テクニック)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し  | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼           | ボクシング<br>【無料体験限定】<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼              | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>わっさー<br>難易度★★強度▼ミット無し  | 総合格闘技<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し    | 16  |
| 17 | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>高梨 玲次朗<br>難易度★★強度▼ミット無し  | キックボクシング<br>(キッズマッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し | キックボクシング<br>(キッズ)<br>上出 桜子<br>難易度★強度▼ミット1R         | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | キックボクシング<br>(初心者)<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼ミット1R         | キックボクシング<br>(自主練習&ミット2R)<br>わっさー<br>難易度★強度▼  | 16:45 class ends 17:00 close                     | 17  |
| 18 | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | フリートレーニング<br>インストラクター不在                             | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>上出 桜子<br>難易度★強度▼ミット1R       | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>藤井 連<br>難易度★強度▼            | フリートレーニング<br>インストラクター不在                            | <b>17:45 class ends 18:00 close</b>  |  | 18  |
| 19 | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>高梨 玲次朗<br>難易度★強度▼ミット1R  | キックボクシング<br>(中級テクニック)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し     | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>上出 桜子<br>難易度★強度▼ミット1R   | キックボクシング<br>(初心者)<br>藤井 連<br>難易度★強度▼ミット1R          | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼ミット1R   | ※スパarringに参加する際は必ずマウスピース、膝当て、ファールカップを<br>着用してください。<br>※力任せに攻撃する方、インストラクターの指示に従えない方は、インストラ<br>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下さい。<br>※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<br>了承下さい。 |  | 19  |
| 20 | キックボクシング<br>(中級テクニック)<br>高梨 玲次朗<br>難易度★★強度▼ミット無し   | 総合格闘技<br>(初心者)<br>川路 大樹<br>難易度★強度▼ミット無し             | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>上出 桜子<br>難易度★★強度▼ミット無し   | キックボクシング(中級テクニック)<br>藤井 連<br>難易度★強度▼ミット1R          | ボクシング<br>(中級テクニック)<br>矢代 明博<br>難易度★★強度▼ミット1R       |  |  | 20  |
| 21 | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>高梨 玲次朗<br>難易度★★強度▼ミット無し  | 総合格闘技<br>(マッサバーリング)<br>川路 大樹<br>難易度★★強度▼ミット無し       | キックボクシング<br>(中級テクニック)<br>上出 桜子<br>難易度★★強度▼ミット無し    | キックボクシング<br>(マッサバーリング)<br>藤井 連<br>難易度★★強度▼ミット無し    | ボクシング<br>(マッサバーリング)<br>矢代 明博<br>難易度★★強度▼ミット無し      | ※マッサバ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。<br>※金曜日11時からマッサバーリングは30分までとなっています。<br>※テクニッククラスは、ディフェンス練習をメインにした対人練習です。   |  | 21  |
| 22 | <b>21:45 class ends 22:00 close</b>                |   |  |  |  |  |  | ボクシング<br>(自主練習&ミット2R)<br>矢代 明博<br>難易度★強度▼ |
| 23 |  |   |  |  |  | 22:45 class ends 23:00 close   |  | 23  |

## 店舗代表 矢代 明博

1994年6月23日(30)  
指導クラス:ボクシング、指導時間:  
火曜14:00~23:00、金曜18:00~23:00  
土曜12:00~18:00  
格闘技歴:ボクシング15年 クラスNo.1  
戦績:プロ2勝5敗2分  
一言:ボクシングを皆様で楽しみましょう



## 店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



## 川路 大樹

1999年11月4日(25)  
指導クラス:キックボクシング、MMA  
指導時間:火曜13:00~22:00、水曜7:00~12:00、  
木曜7:00~17:00、金曜7:00~17:00、日曜12:00~17:00  
格闘技歴:MMA3年、空手7年  
一言:楽しみながら上達しましょう!  
フィーリングNo.1



## 上出 桜子

1984年4月12日(39)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:水曜17:00~22:00  
格闘技歴:キックボクシング3年  
一言:一緒に楽しみながらトレーニングしましょう!  
優しさ No.1



## 藤井 連

1998年7月28日(26)  
指導クラス:MMA、キックボクシング  
指導時間:木曜18:00~22:00  
格闘技歴:7年  
戦績:1戦1勝0敗  
一言:格闘技楽しみましょう!  
打撃No.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net