



★ファイティングラボ田町三田 7月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00(金曜定休日)

【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		
	7:00open 7:10start				定休日	※祝日営業は18時まで 7月21日(月) 7:00~18:00	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		
7	キックボクシング (マッスバーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥ミット無	キックボクシング (マッスバーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥ミット無	キックボクシング (マッスバーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥ミット無	キックボクシング (マッスバーリング) 高 難易度★★★強度♥♥♥ミット無					7
8	キックボクシング 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング 「無料体験」 高 難易度★強度♥					8
9	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 高 難易度★強度♥♥ミット1R					9
10	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング (コンビネーションミット) 鳴海 秀哉 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) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 高 難易度★強度♥♥ミット無					10
11	キックボクシング (コンビネーションミット) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 高 難易度★強度♥♥ミット無					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)	フリートレーニング (インストラクター不在)		12:00open 12:10start		12	
13	キックボクシング 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	総合格闘技 (初級テクニック) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	総合格闘技 (初級テクニック) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無		キックボクシング (初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット無	13	
14	ノーギ柔術 (スパーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥ミット無	総合格闘技 (スパーリング) 木内 崇雅 難易度★★★強度♥♥♥ミット無	ノーギ柔術 (スパーリング) 鳴海 秀哉 難易度★★★強度♥♥♥ミット無	総合格闘技 (スパーリング) 木内 崇雅 難易度★★★強度♥♥♥ミット無		キックボクシング (初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット無	14	
15	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 木内 崇雅 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 木内 崇雅 難易度★強度♥♥ミット1R		キックボクシング (マッスバーリング) 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング (マッスバーリング) 佐々木 康博 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	15	
16	レスリング(キッズ) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	フリートレーニング (インストラクター不在)	レスリング(キッズ) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング (マッスバーリング) MARU 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R		キックボクシング (マッスバーリング) 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング (マッスバーリング) 佐々木 康博 難易度★★★強度♥♥♥ミット1R	16	
17	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度♥ミット無	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) 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 佐々木 康博 難易度★強度♥	17	
18	キックボクシング (ダイエット) 原田 聖也 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥ミット無	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)		17:45class ends 18:00close		18	
19	ボクシング (有酸素) 原田 聖也 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★★★強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度♥♥ミット無		※ミット1Rのクラスは、参加人数3人以下の場合はのみミットを1R持ちます。 参加人数4人以上の場合はミットは持てないで下さい。 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。		19	
20	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度♥♥ミット無	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 和田 拓也 難易度★強度♥♥ミット無		※マッスバーリングに参加する際には必ずマウスピース、護当て(キックの場合)、ファールカップ(キックの場合)を着用して下さい。 ※力任せな攻撃や指導員の指示に従わない場合は参加をお断りする場合がありますので予めご了承ください。		20	
21	キックボクシング 「無料体験」 原田 聖也 難易度★強度♥	キックボクシング (マッスバーリング) 杉山 功一 難易度★★★強度♥♥♥ミット無	キックボクシング 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験」 和田 拓也 難易度★強度♥		※マッスバ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。 ※7~8時、22~23時は、サンドバッグやミット等の大きな音の出る練習は、 禁止となっております。		21	
22	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習				22	
	21:45class ends 22:00 close								

ファイティングラボ田町三田 インストラクター紹介

店舗代表 佐々木 康博

1983年12月13日(41)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
月曜7:00~12:00、火曜17:00~23:00 水曜7:00~11:00
格闘技歴: ボクシング歴15年、柔術6年
一言: 格闘技で健康に! 格闘技への情熱No.1



店舗SNS

X

Facebook

Instagram

TikTok

YouTube

LINE@



鳴海 秀哉

1994年9月19日(30)
指導クラス: キックボクシング
指導時間:
月曜7:00~17:00、火曜7:00~12:00、13:00~14:00
水曜7:00~17:00
格闘技歴: 10年
一言: 格闘技で健康に! おしゃべりNo.1



和田 拓也

1992年06月30日(33)
指導クラス: キックボクシング
指導時間:
木曜19:00~22:00 土曜12:00~18:00 格闘技歴: 25年
一言: 楽しく格闘技しましょう! ミットNo.1



杉山 功一

1978年9月25日(46)
指導クラス: ボクシング
指導時間:
火曜17:00~22:00
格闘技歴: ボクシング20年
・タイトル... 東日本新人王準優勝など
一言: 格闘技で健康に! 幸せNo.1



木内 崇雅

1987年5月29日(38)
指導クラス: キック、フィジカル、寝技、総合
指導時間:
火曜14:00~16:00、木曜14:00~16:00
格闘技歴: 20年
一言: 格闘技で健康に! 総合格闘技のレッスンNo.1



MARU

充実度No.1
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 木曜16:00~17:00
格闘技歴: キックボクシング
一言: よろしくお願ひします。



原田 聖也

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

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net