

★ファイティングラボ赤羽 5月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00(祝日は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 ■ムエタイ ■総合格闘技 ■その他 ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 荻野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエットマスパーリング) 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエットマスパーリング) 関 響子 難易度★強度▼	5/8(金)5/8(月) 祝日18:00までの営業		7
8	キックボクシング (ダイエット) 荻野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 関 響子 難易度★強度▼	ムエタイ (初心者) 関 響子 難易度★強度▼			8
9	キックボクシング 「無料体験限定」 荻野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 関 響子 難易度★強度▼			9
10	キックボクシング (ダイエット) 荻野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 関 響子 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 関 響子 難易度★強度▼	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		10
11	キックボクシング (初心者) 荻野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 野津 良太 難易度★強度▼	ムエタイ (初心者) 関 響子 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 (初心者) 関 響子 難易度★強度▼			11:00open 12:10start
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)	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 谷川 健志 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」 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 大野 兼資 難易度★強度▼	12
13	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 荻野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度▼	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 阿部 沙紀 難易度★強度▼	空手 (初心者) 谷川 健志 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 大野 兼資 難易度★強度▼	13
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 荻野 勝美 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 野津 良太 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 阿部 沙紀 難易度★強度▼	空手 (中級者) 谷川 健志 難易度★★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング (マスパーリング) 大野 兼資 難易度★★強度▼	14
15	キックボクシング (キッズ優先クラス) 荻野 勝美 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)	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 阿部 沙紀 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 谷川 健志 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング (中級テクニック) 大野 兼資 難易度★★強度▼	15
16	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (キッズ優先クラス) 大野 兼資 難易度★強度▼ ミット1R	ボクシング (初心者) 阿部 沙紀 難易度★強度▼ ミット1R	キックボクシング (キッズ優先クラス) 谷川 健志 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 (マスパーリング) 森脇 公三 難易度★★強度▼	ボクシング (ダイエット) 大野 兼資 難易度★強度▼	16
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)	ボクシング (コンビネーションミット) 阿部 沙紀 難易度★強度▼	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) 森脇 公三 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 大野 兼資 難易度★強度▼	17
18	総合格闘技 (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度▼	ボクシング (中級テクニック) 大野 兼資 難易度★★強度▼	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)	護身術 (初心者) 齋藤 祐貴 難易度★強度▼	17:45class ends 18:00close		18
19	キックボクシング (ダイエット) 千葉 明寛 難易度★強度▼	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 千葉 明寛 難易度★強度▼	総合格闘技 (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 齋藤 祐貴 難易度★強度▼	※マスパ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 必ずお着願いたします。 ※初級、中級問わず必ず必須でございます。 ※回転する技、バックブロー、キックは禁止とします。 ※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。 ※マスパークラスで参加者が1名の場合は その他レッスンをいたします。 ※中級クラスの場合はオンラインで配信されます。		19
20	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 千葉 明寛 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 大野 兼資 難易度★強度▼ ミット1R	キックボクシング (マスパーリング) 千葉 明寛 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 千葉 明寛 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 齋藤 祐貴 難易度★強度▼	20		
21	キックボクシング (マスパーリング) 合川 雅夫 難易度★強度▼	ボクシング (マスパーリング) 大野 兼資 難易度★★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	護身術 (初心者) 千葉 明寛 難易度★強度▼	有酸素hittトレーニング (初心者) 齋藤 祐貴 難易度★強度▼	※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
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 合川 雅夫 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 千葉 明寛 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 千葉 明寛 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 齋藤 祐貴 難易度★強度▼	22		
23	22:45class ends 23:00 close							23

ファイティングラボ赤羽 インストラクター紹介

店舗代表 千葉 明寛

1981年1月11日(42)
 指導クラス:キックボクシング 護身術 総合格闘技
 指導時間:
 月曜18:00~21:00 水曜19:00~23:00
 木曜19:00~23:00
 格闘技歴:武術/システム/足接骨術/柔道黒帯/武道10年以上
 一言:全ての武術に共通する極意を学んでいきましょう



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



野津 良太

1987年6月18日(35)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 火曜7:00~15:00
 格闘技歴:キックボクシング5年
 戦績:21戦11勝10敗 タイトル/ランキング:NJKF1位
 一言:キックボクシングの事なら気軽に質問してください



大野 兼資

1981年4月28日(42)
 指導クラス:ボクシング
 指導時間:
 火曜16:00~23:00 日曜12:00~18:00
 格闘技歴:ボクシング14年
 一言:ボクシング楽しみましょう!



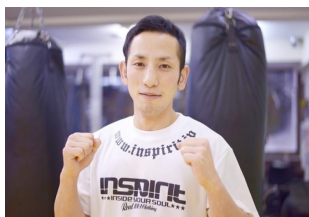
関 響子

1987年12月6日(35)
 指導クラス:キックボクシング ムエタイ
 指導時間:
 水曜7:00~12:00 木曜7:00~11:00
 金曜7:00~12:00
 格闘技歴:ボクシング4年
 一言:一緒に上達しましょう



福島 嵩

1998年12月31日(24)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 金曜13:00~16:00
 格闘技歴:キックボクシング6年 柔道3年 MMA
 一言:一緒に上達しましょう



森脇 公三

1982年11月27日(41)
 指導クラス:キック フィジカル, MMA
 指導時間:
 土曜12:00~18:00
 格闘技歴:15年
 一言:格闘技で健康に!



合川 雅夫

生年月日:非公開
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 月曜21:00~23:00
 格闘技歴:キックボクシング20年
 初心者の方でも楽しいレッスンにします!



齋藤 祐貴

1994年05月15日(30)
 指導クラス:キックボクシング 護身術 hitto有酸素運動
 指導時間:
 金曜18:00~23:00
 格闘技歴:ジーンズ一本3年 中国武術1年 ボクシング1年
 一言:有酸素運動をしっかりとろう

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



萩野 勝美

2002年4月15日(21歳)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 月曜7:00~16:00
 格闘技歴:キックボクシング 総合格闘技
 一言:基礎からしっかりやって強くなりましょう!



谷川 健志

1997年7月5日(26)
 指導クラス:キックボクシング 空手
 指導時間:
 木曜12:00~17:00
 格闘技歴:空手11年, キックボクシング2年 総合格闘技
 一言:元気に明るく楽しく一緒に汗を流しましょう