



# ★ファイトフィット大門浜松町 4月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00(月曜7:00~22:00) 土曜 13:00~18:00 日曜 13:00~18:00(年中無休)

【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	キックボクシング (モーニング) 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) tomo 難易度★強度♥	キックボクシング (モーニング) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 佐々木 康博 難易度★強度♥			7	
8	キックボクシング (初心者) 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) tomo 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	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1R			8	
9	キックボクシング (コンビネーションミット) 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	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♥			9	
10	キックボクシング (コンビネーションミット) 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 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) tomo 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 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」 佐々木 康博 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 (ダイエット) 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)				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)	フリートレーニング (インストラクター不在)				12
13	キックボクシング (初心者) 児玉 晃一 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 児玉 晃一 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 (コンビネーションミット) 奔田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 西片 慶 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度♥	13	
14	キックボクシング (ダイエット) 児玉 晃一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 児玉 晃一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 児玉 晃一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) tomo 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 奔田 航 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 西片 慶 難易度★強度♥	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♥	14	
15	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 児玉 晃一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 児玉 晃一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 児玉 晃一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) (初心者) 奔田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 西片 慶 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1R	15	
16	キックボクシング 「無料体験限定」 児玉 晃一 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 児玉 晃一 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) tomo 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 奔田 航 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) 西片 慶 難易度★強度♥ミット1R	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♥	16	
17	キックボクシング (初心者) 児玉 晃一 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 児玉 晃一 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 奔田 航 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 (自主練習&ミット)R 佐々木 康博 難易度★強度♥	17	
18	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)	17:45class ends 18:00close		18	
19	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 (ダイエット) 児玉 晃一 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 杉本 博文 難易度★強度♥	テコンドー (初心者) GUCCI 難易度★強度♥	※ファイトフィットはマスマスパー、スパーリング等禁止とな っております。対人練習を行う場合は、必ずインストラクター の管理のもと行ってください。 ※インストラクターの都合により、時間割が変更されること があります。SNSで告知しますので確認の上ご来店くださ い。 ※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 出来かねる場合がございます。 ※4/29(月)は祝日の為18時までの営業です。		19	
20	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 児玉 晃一 難易度★強度♥	ボクシング (中級クニック) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 杉本 博文 難易度★強度♥	テコンドー (ダイエット) GUCCI 難易度★強度♥			20	
21	キックボクシング 「無料体験限定」 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 児玉 晃一 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 杉本 博文 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 GUCCI 難易度★強度♥			21	
22	月曜日 class end21:45 close22:00close	キックボクシング (自主練習&ミット)R 児玉 晃一 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット)R 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット)R 杉本 博文 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット)R GUCCI 難易度★強度♥			22	
23	22:45class ends		23:00 close					23	



**西片 慶**

1987年3月9日(36)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:キックボクシング歴4年  
格闘技やダイエットのなぜ?にお答えします



**佐々木 康博**

1983年12月13日(37)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング、寝技  
格闘技歴:ボクシング歴:15年、柔術6年  
格闘技で幸せに!



**杉山 功一**

1978年9月25日(43)  
指導クラス:ボクシング  
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



**安田 高久**

1975年1月14日(47)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:剣道20年、キックボクシング4年  
格闘技で心身ともに磨き面白おかしく過ごす  
きっかけをお手伝いします!



**鳴海 秀哉**

1994年9月19日(27)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:10年  
MMAのことならなんでも聞いてください。



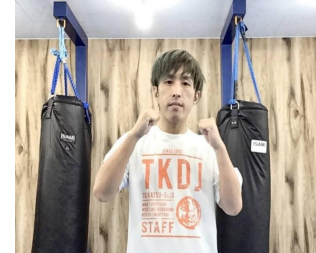
**TOMO**

8月1日  
指導クラス:キックボクシング  
競技:キックボクシング  
気になることは何でも聞いてください!



**児玉 晃一**

1978年9月27日(45)  
指導クラス:キックボクシング、柔術  
格闘技歴:柔術23年黒帯、総合17年  
格闘技の食わず嫌いをなくそう!



**斧田 航**

1983年8月9日  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:ムエタイ3年  
キックボクシングで楽しく健康的な体作りを!



**杉本 博文**

1979年9月21日(44)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:相撲、空手、空道等30年  
一緒に楽しくトレーニングしましょう!



**GUCCI**

1991年9月27日(32)  
指導クラス:テコンドー、キックボクシング  
格闘技歴:テコンドー10年  
「蹴る」って楽しい