



★ファイトフィット中目黒 4月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 12:00~18:00 日曜 13:00~18:00 (年中無休) 祝日 18:00迄

【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 (初心者) 園金 慎太郎 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) 榊 皇秀 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度▼ミット1R	<div style="text-align: center;"> <p>【4月祝日営業】 4月29日(月) 7:00~18:00</p> <p>無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!</p> </div>	7	
8	キックボクシング (初心者) 園金 慎太郎 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 榊 皇秀 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 ルイ 難易度★強度▼		8	
9	キックボクシング (コンビネーションミット) 園金 慎太郎 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 榊 皇秀 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 ルイ 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度▼ミット1R		9	
10	キックボクシング (ダイエット) 【無料体験】 園金 慎太郎 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 重吉 史斗 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) ルイ 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度▼ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) ルイ 難易度★強度▼		10	
11	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】 重吉 史斗 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 ルイ 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 【無料体験限定】 ルイ 難易度★強度▼	12:00open 12:10start	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)	キックボクシング 【無料体験限定】 下田 真士 難易度★強度▼	13:00open 13:10start	12
13	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 廣田 秀太 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 重吉 史斗 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 重吉 史斗 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) 下田 真士 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 石司 晃一 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) 廣田 秀太 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 重吉 史斗 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) ルイ 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 重吉 史斗 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 下田 真士 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 石司 晃一 難易度★強度▼	14
15	キックボクシング (初心者) 廣田 秀太 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 重吉 史斗 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) MARU 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 足立 剛 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) 下田 真士 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 石司 晃一 難易度★強度▼	15
16	キックボクシング (ダイエット) 廣田 秀太 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) MARU 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) MARU 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 (コンビネーションミット) 重吉 史斗 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (中級テクニク) 下田 真士 難易度★強度▼	ノーギ柔術 (初心者) 石司 晃一 難易度★強度▼	16
17	キックボクシング 【無料体験限定】 廣田 秀太 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 MARU 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 MARU 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 【無料体験限定】 MARU 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット) 下田 真士 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット) 石司 晃一 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)	キックボクシング (初心者) 関口 祐冬 難易度★強度▼	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	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 (ダイエット) 足立 剛 難易度★強度▼	マツ運動 (初心者) 高橋 トモロフ 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 関口 祐冬 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 足立 剛 難易度★強度▼	<p>※ファイトフィットはマスパバーは禁止です。 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。</p> <p>※テクニククラスでは対人練習で男女でペアを組む場合がございます。予めご了承ください。 ご理解、ご協力をお願いします。</p>		19
20	ノーギ柔術 (初心者) 松尾 健史 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度▼	ブラジリアン柔術 (初心者)(ノーギ可) 高橋 トモロフ 難易度★強度▼	総合格闘技 (初心者) 関口 祐冬 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度▼	<p>※インストラクターの都合により、時間割と担当者が変更となることがあります。SNS等で告知いたしますので、確認のほどお願い致します。</p>		20
21	ノーギ柔術 (中級者) 松尾 健史 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 足立 剛 難易度★強度▼	ノーギ柔術 (中級者)(ノーギ可) 高橋 トモロフ 難易度★強度▼	総合格闘技 (中級者) 関口 祐冬 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 足立 剛 難易度★強度▼	<p>※ミット1Rのクラスは、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ください。また、途中から参加された方のミットは持たない場合がございます。</p>		21
22	キックボクシング (自主練習) 松尾 健史 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット) 足立 剛 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット) 高橋 トモロフ 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット) 関口 祐冬 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット) 足立 剛 難易度★強度▼			22
23	22:45class ends 23:00 close							23

COMING SOON

COMING SOON



高橋トモロヲ

指導クラス:寝技
寝技、総合格闘技
楽しいクラスを心がけます！

廣田 秀太

2002年2月16日(21)
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8年
楽しくキックボクシングやりましょう！

重吉 史斗

1982年10月14日(41)
指導クラス:キックボクシング
競技歴:キックボクシング10年
丁寧に指導していきます！

松尾 タンク 健史

1976年10月26日(47)
指導クラス:ブラジリアン柔術
格闘技歴:茶帯 ブラジリアン柔術11年
柔術を好きになってもらえるよう努力します



COMING SOON



COMING SOON

石司 晃一

1987年2月26日(36)
指導クラス:キックボクシング
競技歴:22年 第9代DEEPバンタム級チャンピオン
格闘技を楽しんでやりましょう！

関口 祐冬

1996年11月4日(27)
指導クラス:キックボクシング、寝技
競技歴:MMA10年
楽しく運動しましょう！

足立 剛

1977年11月11日
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4年、ムエタイ4年
一緒に頑張りましょう！

MARU

指導クラス:キックボクシング
キックボクシング
よろしくお願ひします！



COMING SOON



ルイ

2003年11月15日(20)
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1年
キックボクシングで健康になりましょう！

下田 真士

2003年2月10日(20)
指導クラス:キックボクシング
キックボクシング歴:12年
皆様の技術向上のため頑張ります！

榊 皇秀

2001年9月30(22歳)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:空手8年
運動は楽しむ事が1番です！

國金 慎太郎

1993年12月5日(30)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:総合格闘技7年
寝技やキックボクシングのクラスを担当しています。