

★ファイトフィット大門浜松町 12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(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	7:10 モーニングキックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 佐々木康博 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 佐々木康博 難易度★ 強度♥♥	※新型コロナウイルス感染予防の為、原則お一人様1時間の練習とさせていただきます。(1クラス45分間) ※また、人数制限 12名までとさせていただきます。 予約は不要ですが、万が一一定員に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。		7
8	8:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 佐々木康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 佐々木康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			8
9	9:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 佐々木康博 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 佐々木康博 難易度★ 強度♥			9
10	10:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 佐々木康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 漆原 季亮(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 佐々木康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			10
11	11:00 キックボクシング無料体験限定 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	11:00 ボクシング無料体験限定 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	11:00 キックボクシング無料体験限定 漆原 季亮 難易度★ 強度♥	11:00 ボクシング無料体験限定 難易度★ 強度♥	11:00 キックボクシング無料体験限定 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！！		11
12	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	12:00 フリースレーニング インストラクター不在			12:00open 12:10start
13	13:00 自由練習 難易度★ 強度♥~♥♥♥	13:00 初心者キックボクシング 市川 裕隆(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 児玉 晃一(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 市川 裕隆(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 自由練習 難易度★ 強度♥~♥♥♥	13:00 コンビネーションミット 岡本 義都 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 佐々木 康博 難易度★ 強度♥♥	13
14	14:00 コンビネーションミット 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 児玉 晃一 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 佐々木 康博(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 佐々木 康博 難易度★★ 強度♥♥	14
15	15:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 市川 裕隆(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 児玉 晃一(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 市川 裕隆(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 市川 裕隆(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥	16:00 コンビネーションミット 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 佐々木 康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16
17	17:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 義都 難易度★ 強度♥	17:00 自由練習 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 初心者ボクシング 杉山 功一(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 ボクシング無料体験限定 市川 裕隆 難易度★ 強度♥	17:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 義都 難易度★ 強度♥	17:00 自由練習&ミット2R 岡本 義都 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 佐々木 康博 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17
18	18:00 フリースレーニング インストラクター不在	18:00 フリースレーニング インストラクター不在	18:00 フリースレーニング インストラクター不在	18:00 フリースレーニング インストラクター不在	18:00 フリースレーニング インストラクター不在	17:45class ends 18:00close *ファイトフィットはマスパ、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、時間割と変更されることがあります。 snsで告知しますのでご確認の上ご来店ください。		18
19	19:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 佐々木 康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者ボクシング 杉山 功一(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者ボクシング 杉山 功一(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 佐々木 康博 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥			20
21	21:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 義都 難易度★ 強度♥	21:00 初心者ボクシング 杉山 功一(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者ボクシング 杉山 功一(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 キックボクシング無料体験限定 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	21:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 義都 難易度★ 強度♥			21
22	22:00 自由練習&ミット2R 岡本 義都 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 杉山 功一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 杉山 功一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 佐々木 康博 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 岡本 義都 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23



漆原 季亮

1989年3月2日(33)
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10年
キックボクシングの基本的な動きを、
分かりやすく教えるのが得意です！



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。

COMING SOON

市川 裕隆

1967年1月11日(55)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:6年
楽しく格闘技しましょう！



岡本 義都

1999年8月2日(23)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:ボクシング3年
格闘技で楽しく身体を鍛えましょう



児玉 晃一

1978年9月27日(44)
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！