



# ★ファイトフィット六本木ステーション 8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 森 貴慎 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 小松 惇史 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 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 藤井 重綺 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 ダイエットキックボクシング 森 貴慎 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 小松 惇史 難易度★ 強度♥♥	8:00 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♥♥	8:00 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♥♥	8:00 初心者キックボクシング 藤井 重綺(無料体験) 難易度★ 強度♥♥		8		
9	9:00 初心者キックボクシング 森 貴慎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 小松 惇史(無料体験) 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 佐々木 康博 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 藤井 重綺(無料体験) 難易度★ 強度♥♥		9		
10	10:00 ダイエットキックボクシング 森 貴慎 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 小松 惇史 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 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 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 藤井 重綺 難易度★ 強度♥♥		無料体験実施中!!! 体験予約はWEBから!!!	10	
11	11:00 中級キックテクニク 森 貴慎 難易度★★ 強度♥♥	11:00 初心者キックボクシング 小松 惇史(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	11:00 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♥♥	11:00 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♥♥	11:00 30分キックボクシング 藤井 11:30 自由練習&ミット2R 藤井 難易度★ 強度♥~♥♥♥			11	
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 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	13:00 ダイエットキックボクシング 森 貴慎 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 小松 惇史 難易度★ 強度♥♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 吉越 博司 難易度★ 強度♥		13:00 グループキックボクシング 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 尚人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13
14	14:00 キックSTEP UP 森 貴慎 難易度★ 強度♥	14:00 キックSTEP UP 小松 惇史 難易度★ 強度♥	14:00 キックSTEP UP 佐々木 康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 キックSTEP UP 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	14:00 キックSTEP UP 吉越 博司 難易度★ 強度♥		14:00 初心者ボクシング 佐々木 康博 難易度★ 強度♥♥	14:00 中級キックテクニク 尚人 難易度★★ 強度♥♥	14
15	15:00 初心者キックボクシング 森 貴慎 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング 小松 惇史 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング 吉越 博司 難易度★ 強度♥♥		15:00 キックSTEP UP 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	15:00 キックSTEP UP 尚人 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 初心者キックボクシング 森 貴慎(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♥♥	16:00 初心者キックボクシング 芹澤 東洋(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16:00 ボクシングSTEP UP 杉山 功一 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♥♥	16:00 初心者総合 尚人 難易度★ 強度♥♥	16
17	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 キックボクシング無料体験限定 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	17:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 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 キックボクシング無料体験限定 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	17:00 ダイエットキックボクシング 尚人 難易度★ 強度♥♥	17	
18	18:00 キックボクシング無料体験限定 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 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	19:00 ダイエットボクシング 佐々木 康博 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 尚人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 芹澤 東洋(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	*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。 *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ますのでご了承ください。		19	
20	20:00 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♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 尚人 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 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	
21	21:00 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♥♥	21:00 初心者総合 尚人 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング 芹澤 東洋(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング (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	
22	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 尚人 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 芹澤 東洋 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 22:30 自由練習&ミット2R 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	
23	22:45class ends 23:00 close							23	



**吉越 博司**  
 1998年11月10日(23)  
 指導クラス:キックボクシング  
 格闘技歴:ボクシング9年 総合格闘技1年



**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



**小松 惇史**  
 1997年11月18日(24)  
 指導クラス:キックボクシング  
 格闘技歴:空手6年 空手の指導3年  
 基礎からの指導丁寧に教えていきます！

COMING SOON

**尚人**

指導クラス:総合格闘技



**平山 恵**  
 1月9日  
 指導クラス:ボクシング・キックボクシング  
 指導歴:7年  
 健康運動指導士



**藤井 重綺**  
 1995年11月17日(26歳)  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:ボクシング14年、キックボクシング1年  
 楽しく格闘技しましょう！

COMING SOON

**森 貴慎**

指導クラス:キックボクシング

COMING SOON

**芹澤東洋**

指導クラス:キックボクシング・ボクシング



**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！

# ★ファイトフィット六本木ステーション 記載事項★

## 【注意事項】

- ・(中継あり)と記載された時間はオンラインでもご視聴いただけます。
- ※定点カメラをインストラクターのみが映るように設置しますが、ご参加頂いている会員様が映り込んでしまう可能性もございます。あらかじめご了承ください。
- ・ファイトフィット店では、マスパーリングを含むスパーリングは禁止です。対人練習を行う場合はインストラクター の管理のもと行ってください。
- ・コロナウィルス感染予防の為、おひとり様1時間滞在、1クラス45分間、人数制限12名までとさせていただきます。(制限人数に達していない場合は練習可能です) 予約は不要ですが、万が一、定員に達した場合は、次のクラスまでお待ちいただく場合がございます。
- ・ファイトフィット店では、マスパーリングを含むスパーリングは禁止です。対人練習を行う場合はインストラクター の管理のもと行ってください。

## 【ステップアップクラス日程】

月曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

火曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

水曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

木曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

金曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

土曜 第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4

日曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

## 【勤務スタッフ、パーソナル日程】

※オンラインクラスは、トイカツ道場のラインアプリからのみ、ご予約が可能です。

パーソナルレッスンは平日7:00~19:00のみですが、個別の対応可能時間・店舗・競技は、LINEアプリのパーソナルレッスンの各インストラクターの項目からご確認ください。

※ お値段は、《30分3,300円、60分6,600円、90分9,900円、120分13,200円(税込)》の中から選択が可能です。

お支払いはクレジットカードのみです。現金、電子マネーなどでのお支払いはできません。

◇担当者名 対応可能競技名・対応可能曜日・時間等の詳細は LINEアプリにてご確認ください。