



★ファイトフィット大門浜松町 11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 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 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 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 (無料体験) 難易度★ 強度♥♥			8		
9	9:00 キックSTEP UP 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシングSTEP UP 難易度★ 強度♥	9:00 キックSTEP UP 漆原 季亮 難易度★ 強度♥	9:00 キックSTEP UP 難易度★ 強度♥	9:00 キックSTEP UP 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 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 (無料体験) 難易度★ 強度♥♥			無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		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 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 難易度★ 強度♥					12:00open 12:10start
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	12:10 キックボクシング無料体験限定 岡本 義都 難易度★ 強度♥	12:10 キックボクシング無料体験限定 松村 晃成 難易度★ 強度♥	12		
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 ベーシックピラティス 悠花 難易度★ 強度♥	13:00 グループミット 岡本 義都 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 松村 晃成 難易度★ 強度♥♥	13		
14	14:00 グループミット 難易度★ 強度♥♥	14:00 グループミット 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥	14:00 グループミット 児玉 晃一 難易度★ 強度♥♥	14:00 グループミット 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥	14:00 ヴィンヤサヨガ 悠花 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 グループミット 松村 晃成 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 キックSTEP UP 岡本 義都 難易度★ 強度♥	15:00 キックSTEP UP 松村 晃成 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 ボクシングSTEP UP 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	16:00 グループミット 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 松村 晃成(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 キックボクシング無料体験限定 市川 裕隆 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 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 松村 晃成 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17		
18	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	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 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 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	*ファイトフィットはマスパ、 スパ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。		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 ダイエットボクシング (無料体験) 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 ボクシング無料体験限定 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 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



悠花

指導クラス:ヨガ、ピラティス、HIIT系
格闘技歴:2年 ヨガ歴:3年
ヨガに会い、格闘技に会い、そこで得た知
識と経験を皆様に悠花式メソッドでお伝えします



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!

★ファイトフィット大門浜松町 記載事項★

【注意事項】

- ・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。
- ・コロナウイルス感染予防の為、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。
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	・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)
火曜	・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)
水曜	・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)
木曜	・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)
金曜	・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)
土曜	・8:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)
日曜	・8:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4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