

★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 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 安田 高久 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 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、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 安田 高久(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 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 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 安田 高久 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 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 安田 高久(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 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 佐々木 康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	12:00open 12:10start	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 キックボクシング無料体験限定 安田 高久 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♥	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♥	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♥						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					12:10 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	12:10 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	13:00 自由練習 難易度★ 強度♥~♥♥♥	13:00 初心者キックボクシング 児玉 晃一 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 リンダ 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 児玉 晃一 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 リンダ 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 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 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 リンダ 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 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 児玉 晃一 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 リンダ(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 ボクシング無料体験限定 杉山 功一 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 児玉 晃一 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 リンダ 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 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 キックボクシング無料体験限定 児玉 晃一 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	17:45class ends 18:00close		18			
19	19:00 ダイエットボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	19:00 フリートレーニング インストラクター不在	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 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 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 ボクシング無料体験限定 杉山 功一 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 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 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			
23	22:45class ends 23:00 close							23			

*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。



リンダ

1981年5月31日(41)
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13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!