

# ★ファイトフィット大門浜松町 7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 SHU 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング SHU 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 ダイエットキックボクシング (無料体験) SHU (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) SHU (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 SHU 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング SHU 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 SHU 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング SHU 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!!		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 安田 高久 難易度★ 強度♥	11:00 自主練習 難易度★ 強度♥~♥♥♥	11:00 自主練習 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♥			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 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♥	12
13	13:00 自主練習 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 高松 麗也(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 芹田 航 難易度★ 強度♥♥	13:00 コンビネーションミット 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 高松 麗也 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 芹田 航 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 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 高松 麗也(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 芹田 航 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 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 高松 麗也 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 芹田 航 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 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 高松 麗也 難易度★ 強度♥	17:00 キックボクシング無料体験限定 芹田 航 17:30 自主練習	17:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自主練習&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 フリートレーニング 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 初心者ボクシング 杉山 功一 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 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 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 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 自主練習&ミット2R 杉山 功一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 杉山 功一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 杉山 功一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 杉山 功一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&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ッスパー、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。

COMING SOON



**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

**高松 麗也**

1995年10月2日(27)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:空手&キックボクシング16年  
朝格闘技で健康にならしましょう



**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！



**斧田 航**

1983年8月9日  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:ムエタイ3年  
キックボクシングで楽しく健康的な体作りを！