



★ファイトフィット新橋 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 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 城田 幸村 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	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 鳴海 秀哉 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。(クラス45分間) ※また、人数制限は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 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 城田 幸村 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者ムエタイ 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥		8	
9	9:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 城田 幸村 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥		9	
10	10:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 城田 幸村 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥		無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	10
11	11:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	11:00 空手 城田 幸村 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉 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 鮫島 博人 難易度★ 強度♥		12:10 ボクシング無料体験限定 杉山 功一 難易度★ 強度♥
13	13:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 城田 幸村 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	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 初心者キックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	
14	14:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 城田 幸村 難易度★ 強度♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 森 貴慎 難易度★ 強度♥♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥	14:00 初心者ムエタイ 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	
15	15:00 キックボクシング無料体験限定 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 城田 幸村 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 森 貴慎 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	15:00 ボクシング無料体験限定 杉山 功一 難易度★ 強度♥	
16	16:00 コンビネーションミット 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	16:00 コンビネーションミット 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 森 貴慎 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 ダイエットキックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者ボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	
17	17:00 初心者キックボクシング 関口 祐冬 難易度★ 強度♥♥	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 コンビネーションミット 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	17:00 ダイエットキックボクシング 森 貴慎 難易度★ 強度♥♥	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 自主練習&ミット2R 鮫島 博人 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自主練習&ミット2R 杉山 功一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	
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 和田 拓也 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 コンビネーションミット 小島 岳大 難易度★ 強度♥♥	17:45class ends 18:00close		
19	18:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 森 貴慎 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 小島 岳大 難易度★ 強度♥♥	※無料体験(初回体験者限定)クラスは、 一般のクラスは実施しておりませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。 ※ファイトフィット店では、マスパーリングを 含むスパリングは禁止です。 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。		
20	20:00 中級キックテクニク 和田 拓也 難易度★★ 強度♥	20:00 中級キックテクニク 和田 拓也 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	20:00 コンビネーションミット 森 貴慎 難易度★ 強度♥	20:00 初心者ボクシング 小島 岳大 難易度★ 強度♥			20
21	21:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 難易度★ 強度♥	21:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 難易度★ 強度♥	21:00 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 難易度★ 強度♥	21:00 キックボクシング無料体験限定 森 貴慎 難易度★ 強度♥	21:00 キックボクシング無料体験限定 小島 岳大 難易度★ 強度♥			21
22	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 和田 拓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 和田 拓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 和田 拓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 小島 岳大 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22		
23	22:45class ends 23:00 close						23	



城田 幸村
 1997年5月10日(25)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:伝統空手18年、キックボクシング2年
 キックボクシングと一緒に楽しみましょう!



鳴海 秀哉
 1994年9月19日(28)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:10年
 MMAと一緒に楽しみましょう!



和田拓也
 1992年06月30日(30)
 指導クラス:キックボクシング
 キックボクシング歴8年
 楽しく格闘技しましょう!



鮫島 博人
 1998年5月21日(24)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:5年 プロ戦績5勝5敗
 WMC日本フェザー級王者
 M-1日本フェザー級王者
 一緒に楽しくキックボクシングをしましょう!



小島 岳大
 1992年7月26日(30)
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング
 格闘技歴:ボクシング15年、キックボクシング2年
 一緒に楽しくキックボクシングをしましょう!



杉山 功一
 1978年9月25日(44)
 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

COMING SOON

COMING SOON

関口 祐冬
 1996年11月4日(26)
 指導クラス:キックボクシング、寝技
 競技歴:MMA10年
 楽しく運動しましょう!



岩淵 将大
 1985年4月26日(37)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:10年
 格闘技全般なんでも聞いてください。

森 貴慎
 格闘技歴:キックボクシング10年
 格闘技で幸せに!