



★ファイトフィット新宿 8月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(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 モーニングボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥ | 7:10 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥ | 7:10 モーニングキックボクシング 吉越 博司 難易度★ 強度♥♥ | 7:10 モーニングキックボクシング 永井 辰 難易度★ 強度♥♥ | 7:10 モーニングキックボクシング 小堀 友暉 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(15名まで)とさせていただきます。 予約は不要ですが、万が一一定数に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。 | | 7 | | |
| 8 | 8:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 8:00 ダイエットキックボクシング 斧田 航(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | 8:00 初心者キックボクシング 吉越 博司(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 8:00 初心者キックボクシング 永井 辰(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 8:00 初心者キックボクシング 小堀 友暉 難易度★ 強度♥ | 9:00open 9:10start | | 8 | | |
| 9 | 9:00 初心者ボクシング 難易度★ 強度♥ | 9:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥ | 9:00 初級フィジカル 吉越 博司 難易度★ 強度♥♥ | 9:00 ダイエットキックボクシング 永井 辰 難易度★ 強度♥♥ | 9:00 ダイエットキックボクシング 小堀 友暉 難易度★ 強度♥♥ | 初心者キックボクシング 永井 辰 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 大村 匠 難易度★ 強度♥ | 初心者ボクシング 菅野 竜叶 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 9 |
| 10 | 10:00 ダイエットボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | 10:00 キックボクシング無料体験限定 斧田 航 難易度★ 強度♥ | 10:00 初心者総合 吉越 博司 難易度★ 強度♥ | 10:00 キックボクシング無料体験限定 永井 辰 難易度★ 強度♥ | 10:00 初心者キックボクシング 小堀 友暉 難易度★ 強度♥ | 初心者キックボクシング 大村 匠 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 永井 辰 難易度★ 強度♥ | 初心者ボクシング 菅野 竜叶 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 10 |
| 11 | 11:00 ボクシング無料体験限定 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | 11:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥ | 11:00 ダイエットキックボクシング 吉越 博司 難易度★ 強度♥♥ | 11:00 ダイエットキックボクシング 永井 辰 難易度★ 強度♥♥ | 11:00 初心者キックボクシング 小堀 友暉(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 11:00 コンビネーションミット 大村 匠 難易度★ 強度♥ | コンビネーション ミット 菅野 竜叶 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 田村 健悟 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 ダイエットキックボクシング 斧田 航(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | 12:00 キックボクシング無料体験限定 吉越 博司 難易度★ 強度♥ | 12:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 12:00 初心者キックボクシング 小堀 友暉 難易度★ 強度♥ | 12:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 12:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥♥ | 12 | | |
| 13 | 13:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 13:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 13:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 13:00 初心者キックボクシング 永井 辰(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 13:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 13:00 キックボクシング無料体験限定 大村 匠 難易度★ 強度♥ | 13:00 ボクシング無料体験限定 菅野 竜叶 難易度★ 強度♥ | 13 | | |
| 14 | 14:00 初心者ボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | 14:00 ダイエットキックボクシング 斧田 航(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | 14:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 14:00 ダイエットキックボクシング 永井 辰(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | 14:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟(無料体験) 難易度★ 強度♥♥♥ | 14:00 初心者キックボクシング 大村 匠 難易度★ 強度♥ | ダイエット キックボクシング 無料体験限定 大村 匠 難易度★ 強度♥♥♥ | ボクシング 無料体験限定 菅野 竜叶 難易度★ 強度♥ | 14 | |
| 15 | 15:00 コンビネーションミット 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | 15:00 コンビネーションミット 斧田 航 難易度★ 強度♥ | 15:00 ダイエットボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | 15:00 コンビネーションミット 難易度★ 強度♥ | 15:00 コンビネーションミット 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 初心者キックボクシング 大村 匠 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | コンビネーション ミット 菅野 竜叶 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 15 |
| 16 | 16:00 初心者キックボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 16:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 16:00 コンビネーションミット 矢代 明博★ 難易度★ 強度♥♥ | 16:00 フリートレーニング インストラクター不在 | 16:00 キックボクシング無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 初心者キックボクシング 大村 匠 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 初心者ボクシング 菅野 竜叶 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 無料体験限定 田村 健悟 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 ダイエットキックボクシング 田村 健悟(無料体験) 難易度★ 強度♥♥♥ | 17:00 ボクシング無料体験限定 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | 17:00 キックボクシング無料体験限定 永井 辰(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 17:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟(無料体験) 難易度★ 強度♥♥♥ | 17:00 自主練習&ミット2R 大村 匠 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | 17:00 自主練習&ミット2R 田村 健悟・菅野竜叶 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | 17 | | |
| 18 | 18:00 キックボクシング無料体験限定 永井 辰 難易度★ 強度♥ | 18:00 キックボクシング無料体験限定 田村 健悟 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 初心者キックボクシング 斧田 航(無料体験) 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 | 17:45class ends 18:00close | | 18 | | |
| 19 | 19:00 初心者キックボクシング 永井 辰 難易度★ 強度♥ | 19:00 初心者キックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 19:00 ダイエットボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | 19:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥ | 19:00 初心者キックボクシング 橋爪 翼 難易度★ 強度♥ | *ファイトフィットはマスマスパー、 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 変更される場合があります。 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 コンビネーションミット 永井 辰 難易度★ 強度♥ | 20:00 中級者キックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥♥ | 20:00 初心者ボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | 20:00 初心者キックボクシング 斧田 航(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 20:00 初心者キックボクシング 橋爪 翼(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | | | 20 | | |
| 21 | 21:00 ダイエットキックボクシング 永井 辰 難易度★ 強度♥♥ | 21:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥♥ | 21:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 21:00 ダイエットキックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥ | 21:00 中級者キックボクシング 橋爪 翼 難易度★ 強度♥♥ | | | 21 | | |
| 22 | 22:00 自主練習&ミット2R 永井 辰 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | 22:00 自主練習&ミット2R 田村 健悟 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | 22:00 自主練習&ミット2R 矢代 明博 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | 22:00 自主練習&ミット2R 斧田 航 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | 22:00 自主練習&ミット2R 橋爪 翼 難易度★ 強度♥ | | | 22 | | |
| 23 | 22:45class ends 23:00 close | | | | | | | 23 | | |



| | | |
|--|---|--|
| 田村 健悟 | 吉越 博司 | 菅野 竜叶 |
| 1994年2月20日(28) 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2年 きつくてしっかり追い込みたい方 | 1998年11月10日(24) 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 怪我に気を付けてレッスンします! | 1997年1月18日(26) 指導クラス:ボクシング 格闘技歴:ボクシング7年 一緒に練習して上手くなりましょう! |



| | | |
|---|---|---|
| 斧田 航 | 矢代 明博 | 永井 辰 |
| 1983年8月9日(39) 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健康な身体作りを | 1994年6月23日(28) 指導クラス:ボクシング 格闘技歴:ボクシング15年プロ2勝5敗2分 ボクシングを皆様に楽しませよう | 2001年3月3日(22) 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7年 格闘技で日本を健康に! |

COMING SOON

COMING SOON

COMING SOON

| | | |
|----------------|----------------|----------------|
| 小堀 友暉 | 大村 匠 | 橋爪 翼 |
| 指導クラス:キックボクシング | 指導クラス:キックボクシング | 指導クラス:キックボクシング |