



# ★ファイトフィット大門浜松町 9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 寝技テクニック 木内 崇雅 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 齋藤 裕貴 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 齋藤 裕貴 難易度★ 強度♥♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	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 木内 崇雅(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 齋藤 裕貴(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 齋藤 裕貴(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 ダイエットキックボクシング 木内 崇雅 難易度★ 強度♥♥	9:00 初級フィジカル 齋藤 裕貴 難易度★ 強度♥♥	9:00 初級フィジカル 齋藤 裕貴 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 コンビネーションミット 木内 崇雅 難易度★ 強度♥♥	11:00 ボクシング無料体験限定 齋藤 裕貴 難易度★ 強度♥	11:00 ボクシング無料体験限定 齋藤 裕貴 難易度★ 強度♥		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 木内 崇雅 難易度★ 強度♥	11:00 ジーコンドー(護身術) 齋藤 裕貴 難易度★ 強度♥~♥♥♥	11:00 ジーコンドー(護身術) 齋藤 裕貴 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	12:10 キックボクシング無料体験限定 齋藤 裕貴 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		12:10 自主練習&ミット2R 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 キックボクシング無料体験限定 石戸谷 隆幸 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 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 コンビネーションミット 斧田 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♥♥
14	14:00 初心者キックボクシング 石戸谷 隆幸 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 TOMO 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 斧田 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♥♥
15	15:00 ダイエットキックボクシング 石戸谷 隆幸 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 TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 斧田 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♥
16	16:00 キックボクシング無料体験限定 石戸谷 隆幸 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 TOMO 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥♥		16:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 佐々木 康博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥
17	17:00 初級フィジカル 石戸谷 隆幸 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 キックボクシング無料体験限定 TOMO 難易度★ 強度♥	17:00 キックボクシング無料体験限定 斧田 航 難易度★ 強度♥		17:40 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 キックボクシング無料体験限定 佐々木 康博 難易度★ 強度♥
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		
19	19:00 初心者キックボクシング 石戸谷 隆幸 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 佐々木 康博 難易度★ 強度♥♥	19	19	
20	20:00 コンビネーションミット 石戸谷 隆幸 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(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(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	※ファイトフィットはマスパーは禁止です。 ※9月から祝日は18時までの営業になります。 9/18日は18時までの営業になります。		
21	21:00 キックボクシング無料体験限定 石戸谷 隆幸 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 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	21	21	
22	22:00 自主練習&ミット2R 石戸谷 隆幸 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♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 佐々木 康博 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22	22	
23	22:45class ends 23:00 close						23	23



**斎藤 裕貴**

1994年06月15日(29)  
指導クラス:キックボクシング、ジークンドー  
ジークンドー歴5年、中国武術1年、ボクシング1年  
走ること、武術の話楽しくしましょう



**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。



**TOMO**

8月1日  
指導クラス:キックボクシング  
競技:キックボクシング  
気になることは何でも聞いてください!



**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!



**木内 崇雅**

1987年5月29日(35)  
指導クラス:キック、フィジカル、寝技、総合  
格闘技歴:総合格闘技  
食事管理の仕方も気兼ねなくどうぞ!



**石戸谷 隆幸**

指導クラス:キックボクシング  
格闘技で幸せに!