



★ファイトフィット大門浜松町 10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 TOMO 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥♥					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 TOMO 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 漆原季亮(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 キックボクシング無料体験限定 TOMO 9:30 自主練習	9:00 キックボクシング無料体験限定 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥	9:00 コンビネーションミット 漆原 季亮 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 難易度★ 強度♥♥	10:00 コンビネーションミット TOMO 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者キックボクシング 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥♥					10	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		
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 初心者キックボクシング 安田 高久(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	11:00 初心者キックボクシング TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥	11:00 フリートレーニング インストラクター不在					11	13:00open 13:10start		
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			
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 斧田 航 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 佐々木 康博 難易度★ 強度♥♥	13					
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 斧田 航 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 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 斧田 航 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 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 初心者キックボクシング 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 斧田 航 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 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 17:30 自主練習	17:00 キックボクシング無料体験限定 斧田 航 17:30 自主練習	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 17:30 自主練習	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 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 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 杉本 博文 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					
20	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 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 杉本 博文(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					
21	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♥	21:00 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 杉本 博文 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					
22	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 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 杉本 博文 難易度★ 強度♥~♥♥♥				22					
23	22:45class ends		23:00 close				金曜日22:00 close				23		

※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。
※9月から祝日は18時までの営業になります。
10/9日は18時までの営業になります。



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。



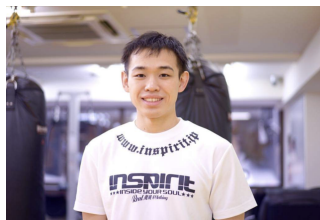
TOMO
 8月1日
 指導クラス:キックボクシング
 競技:キックボクシング
 気になることは何でも聞いてください！



児玉 晃一
 1978年9月27日(45)
 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！



漆原 季亮
 1989年3月2日(33)
 格闘技歴:キックボクシング10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！



石戸谷 隆幸
 1976年7月22日(47)
 指導クラス:キックボクシング、フィジカル
 格闘技歴:25年 極真空手 式段
 格闘技で幸せに！