



# ★ファイトフィット大門浜松町 1月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00(月曜7:00~22:00) 土曜 13:00~18:00 日曜 13:00~18:00(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	キックボクシング (モーニング) 岩崎 理恵 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) tomo 難易度★強度♥	キックボクシング (モーニング) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 佐々木 康博 難易度★強度♥			7
8	キックボクシング (初心者) 岩崎 理恵 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) tomo 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット1R			8
9	キックボクシング 「無料体験限定」 岩崎 理恵 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥			9
10	キックボクシング (コンビネーションミット) 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) tomo 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 佐々木 康博 難易度★強度♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		10
11	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度♥			11
12	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)			12
13	キックボクシング 「無料体験限定」 岩崎 理恵 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (コンビネーションミット) 芥田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験方限定」 西片 慶 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度♥	13
14	キックボクシング (初心者) 岩崎 理恵 難易度★強度♥ミット1R	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (コンビネーションミット) tomo 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 芥田 航 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 西片 慶 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥	14
15	キックボクシング (ダイエット) 岩崎 理恵 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 芥田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 西片 慶 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット1R	15
16	キックボクシング 「無料体験限定」 岩崎 理恵 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) tomo 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 芥田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 西片 慶 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥	16
17	フィジカルトレーニング (初心者) 岩崎 理恵 難易度★強度♥♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 芥田 航 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (自主練習&ミット)※ 佐々木 康博 難易度★強度♥	17
18	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	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	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 杉本 博文 難易度★強度♥	テコンドー (初心者) GUCCI 難易度★強度♥	1月1日(月) 休館日 1月2日(火) 12時~15時 1月3日(水) 7時~18時 1月4日(木) 通常営業 1月8日(月) 7時~18時		19
20	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 杉本 博文 難易度★強度♥	テコンドー (ダイエット) GUCCI 難易度★強度♥			20
21	キックボクシング 「無料体験限定」 佐々木 康博 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 杉本 博文 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 GUCCI 難易度★強度♥			21
22	月曜日 class end21:45 close22:00close	ボクシング (自主練習&ミット)※ 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット)※ 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット)※ 杉本 博文 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット)※ GUCCI 難易度★強度♥			22
23		22:45class ends	23:00 close					23



**西片 慶**

1987年3月9日(36)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:キックボクシング歴4年  
格闘技やダイエットのなぜ?にお答えします



**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!

COMING SOON

**岩崎 理恵**  
指導クラス:キックボクシング、フィジカル



**GUCCI**

1991年9月27日(32)  
指導クラス:テコンドー、キックボクシング  
格闘技歴:テコンドー10年  
「蹴る」って楽しい