



# ★ファイトフィット秋葉原駅前 2月時間割★

【営業時間】平日 7:00～22:00 土曜 12:00～18:00 日曜 12:00～18:00(年中無休) 祝日は18時までとなります。

【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	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) 旭野 穂 難易度★強度♥♥	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	ボクシング(モーニング) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) イゴリ 難易度★強度♥♥	※祝日は18時までの営業となります。	
8	キックボクシング(初心者) 旭野 穂 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(コンビネーションミット) イゴリ 難易度★強度♥	※2/12月曜日 ※2/23金曜日	
9	キックボクシング 「無料体験限定」 旭野 穂 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 鈴木 優志 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) イゴリ 難易度★強度♥	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！	
10	キックボクシング(初心者) 旭野 穂 難易度★強度♥	ボクシング(ダイエット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	ボクシング(コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	ボクシング(コンビネーションミット) 鈴木 優志 難易度★強度♥	ボクシング(コンビネーションミット) イゴリ 難易度★強度♥		
11	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 旭野 穂 難易度★強度♥♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 鈴木 優志 難易度★強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) イゴリ 難易度★強度♥♥		
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)	ボクシング 「無料体験限定」 山田 淳 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 栗林 克寛 難易度★強度♥
13	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 義浩 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 大野 兼資 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 義浩 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 山田 淳 難易度★強度♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 栗林 克寛 難易度★強度♥
14	ボクシング(コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 伊藤 義浩 難易度★強度♥♥	ボクシング(コンビネーションミット) 大野 兼資 難易度★強度♥	ボクシング(ダイエット) 鈴木 優志 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 義浩 難易度★強度♥♥	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 山田 淳 難易度★強度♥♥ミット1R	テコンドー(初心者) 「無料体験」 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット1R
15	ボクシング 「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 伊藤 義浩 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 大野 兼資 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 鈴木 優志 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 伊藤 義浩 難易度★強度♥	ボクシング(コンビネーションミット) 山田 淳 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥
16	ボクシング(自主練習&ミット2R) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 伊藤 義浩 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 大野 兼資 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)	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 伊藤 義浩 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 山田 淳 難易度★強度♥♥	テコンドー(ダイエット) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥
17	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)	ボクシング(自主練習&ミット2R) 大野 兼資 難易度★強度♥♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 栗林 克寛 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)	ボクシング(自主練習&ミット2R) 山田 淳 難易度★強度♥♥♥	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥♥
18	ムエタイ(初心者) 「無料体験」 松本 純 難易度★強度♥ミット1R	ストレッチ まゆ 難易度★強度♥	フリートレーニング(インストラクター不在)	テコンドー(初心者) 栗林 克寛 難易度★強度♥	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	キックボクシング(ダイエット) 松本 純 難易度★強度♥♥	有酸素キックボクシング まゆ 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 栗林 克寛 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) 栗林 克寛 難易度★強度♥	ボクシング(自主練習)	*ファイトフィットはマスマナー、 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 変更されることがあります。 SNSで告知しますのでご確認の上来店ください。  ※ミット1Rのクラスは、参加人数3人以下の場合のみミットを1R持ちます。 参加人数4人以上の場合はミットは持てませんのでご了承下さい。 また、途中から参加された方のミットは持てない場合がございます。	
20	ムエタイ(初心者) 松本 純 難易度★強度♥♥	ボクシング 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	テコンドー(ダイエット) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥	テコンドー(初心者) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥	ボクシング(ダイエット)		
21	ムエタイ(ダイエット) 「無料体験」 松本 純 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者)		
22	21:45class ends 22:00 close						
23							



**山井 拓未**

1977年12月15日(45)  
指導クラス:キックボクシング、ムエタイ  
格闘技歴:アマチュア大会準優勝回数  
たのしく汗を流しましょう!



**瀬下 鉄弥**

1993年2月20日(30)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング13年  
基本的な動作を丁寧に指導します!



**栗林克寛**

1988年7月13日(33)  
指導クラス:テコンドー、キックボクシング  
格闘技歴:20年  
楽しく格闘技を身につけてもらえれば幸いです



**伊藤 義浩**

生年月日:1975年4月1日(47)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:ボクシング6年、合気道6年、空手7年  
楽しく格闘技を身につけてもらえれば幸いです。



**イゴリ**

生年月日 1972年5月20日(50)  
指導クラス:キックボクシング、詠春拳などなど  
格闘技歴:ボクシング10年、ムエタイ4年  
身体を守る技術を身につけましょう!!



**松本 純**

1976年8月13日(45)  
指導クラス:ムエタイ、キックボクシング  
格闘技歴:35戦8勝20敗7分  
初心者大歓迎です!!



**まゆ**

生年月日 1969年10月17日(53)  
指導クラス:有酸素キックボクシング  
指導歴:有酸素ボクシング2年  
初心者でも楽しくがモットーです!



**鈴木 優志**

生年月日:1997年8月2日(26)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング10年  
格闘技で日本を健康に!



**旭野 穂**

1993年1月21日(31)  
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10年  
皆さんの体力向上のお力になれればうれしいです!

COMING SOON



**山田 淳**

生年月日 1985年12月24日(37)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:27年  
初心者でも安心できるクラスを目指します!

**大野 兼資**

1988年5月10日(35)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング10年  
格闘技で日本を健康に!