



★ファイトフィット大門浜松町 3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) 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) 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 (コンビネーションミット) 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 (コンビネーションミット) 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)	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) 斧田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 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) 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) 斧田 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) 難易度★強度♥♥	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 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) (初心者) 斧田 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(ダイエット) 難易度★強度♥ミット1R	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) 斧田 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) 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」 斧田 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)R 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♥	※ファイトフィットはマスマスパー、スパー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、時間割が変更されることがあります。SNSで告知しますので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る場合がございます。 ※3/20(祝)は祝日の為18時までの営業です。		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 (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 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♥	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)R 杉山 功一 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット)R 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット)R 杉本 博文 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット)R 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!



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



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!