



★ファイトフィット渋谷宮益坂 4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)祝日18:00迄

【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) 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) yamauchi 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 野津 良太 難易度★強度♥	ボクシング (モーニング) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥		7
8 キックボクシング(ダイエツト) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥♥	ボクシング ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 yamauchi 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエツト) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット1R	※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ください。 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。	
9 キックボクシング (初心者) 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥	脂肪燃焼有酸素 yamauchi 難易度★強度♥	フィジカルトレーニング (初心者) 難易度★強度♥♥	ボクシング 「無料体験限定」 ダニエレ ベヴェリニ 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(ダイエツト) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエツト) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥♥ミット1R	ヒップホップダンス yamauchi 難易度★強度♥	キックボクシング (中級) 難易度★強度♥♥♥	ボクシング (ダイエツト) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥♥ミット1R		
11 キックボクシング (初心者) 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 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 「無料体験限定」 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)		
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)	12:00open 12:10start キックボクシング 「無料体験限定」 野津 良太 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 野津 良太 難易度★強度♥
13 キックボクシング (ダイエツト) 漆館 宗太 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 (ダイエツト) 近藤 敏展 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 (ダイエツト) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 芹沢 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 野津 良太 難易度★強度♥
14 キックボクシング 「無料体験限定」 漆館 宗太 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 難易度★強度♥	フィジカルトレーニング (初心者) 芹沢 難易度★強度♥♥	フィジカルトレーニング (初心者) 野津 良太 難易度★強度♥♥
15 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) 漆館 宗太 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) 近藤 敏展 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) 近藤 敏展 難易度★強度♥	ボクシング (コンビネーションミット) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエツト) 芹沢 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエツト) 野津 良太 難易度★強度♥♥
16 キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 芹沢 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度♥ミット1R
17 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 (ダイエツト) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエツト) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエツト) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエツト) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 芹沢 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 野津 良太 難易度★強度♥
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	
19 キックボクシング (初心者) 芹沢 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 高山 輝 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエツト) 「無料体験」 高崎 芳明 難易度★強度♥♥	キックボクシング(ダイエツト) 「無料体験」 高崎 芳明 難易度★強度♥♥	*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。 ※で告知しますので確認の上ご来店ください。 ※祝日は18時までの営業になります。	
20 キックボクシング(ダイエツト) 「無料体験」 高山 輝 難易度★強度♥♥	柔術 「無料体験」 高山 輝 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 高崎 芳明 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥		
21 キックボクシング (中級) 芹沢 難易度★★強度♥♥♥	柔術 (午ケック) 高山 輝 難易度★★強度♥♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエツト) 「無料体験」 高崎 芳明 難易度★強度♥♥	フィジカルトレーニング (中級) 高崎 芳明 難易度★★強度♥♥♥		
22 キックボクシング (自主練習&ミット2R) 芹沢 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 高山 輝 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 高山 輝 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 高崎 芳明 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 高崎 芳明 難易度★強度♥	4/29日 祝日は18時までの営業	
23	22:45class ends 23:00 close		23:00 close			23

coming soon



coming soon

芹沢

生年月日:非公開
指導クラス:キックボクシング
競技歴:キックボクシング
ご来店お待ちしております。

高崎 芳明

1992年9月22日(31)
指導クラス:キックボクシング、総合
格闘技歴:空手
気になることは何でも聞いてください！

漆館 宗太

1985年3月28日(38)
指導クラス:キックボクシング
競技歴:空手総合格闘技18年2段
初めての方でも分かりやすいレッスンをします

yamaguchi

生年月日:非公開
指導クラス:ボクシング・ダンス
格闘技歴:ボクシング
是非クラスに来てください。



coming soon

近藤敏展

11月5日
指導クラス:ボクシング
格闘技歴:ボクシング10年以上
部活のような指導を心がけてます！

ダニエレ・ヘヴェリニ

1974年12月21日(48歳)
指導クラス:ボクシング
ボクシング歴:10年
是非一緒にボクシング楽しみましょう！

野津 良太

1987年6月18日(35)
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5年
キックボクシングの事なら気軽に質問してください

高山 輝

生年月日:非公開
指導クラス:ノーギ柔術
格闘技歴:柔術3年
是非クラスに来てください。