



# ★ファイトフィット秋葉原 4月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(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) 「無料体験」 谷川 健志 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♥♥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。		7
8	キックボクシング (初心者) 谷川 健志 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♥	※4/29 月曜日		8
9	キックボクシング 「無料体験限定」 谷川 健志 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♥	ボクシング (初心者) 山田 淳 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 栗林 克寛 難易度★ 強度♥ミット1R	9
10	フィジカルトレーニング (初心者) 谷川 健志 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♥	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	キックボクシング (ダイエット) 栗林 克寛 難易度★ 強度♥♥	10
11	フリートレーニング (インストラクター不在)	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♥♥	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♥	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)	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) 「無料体験」 栗林 克寛 難易度★ 強度♥ミット1R	12
13	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 旭野 穂 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 高松 龍也 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 「無料体験」 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♥	13
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 旭野 穂 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 高松 龍也 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 (ダイエット) 栗林 克寛 難易度★ 強度♥♥	14
15	キックボクシング 「無料体験限定」 旭野 穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 高松 龍也 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♥	フィジカルトレーニング (初心者) 谷川 健志 難易度★ 強度♥♥	15
16	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 旭野 穂 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」 高松 龍也 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♥♥	空手 (初心者) 谷川 健志 難易度★ 強度♥♥	16
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) 栗林 克寛 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 (初心者) 若林 龍翔 難易度★ 強度♥	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) 谷川 健志 難易度★ 強度♥♥♥	17
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♥	キックボクシング (初心者) 若林 龍翔 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close		18
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♥	キックボクシング (ダイエット) 若林 龍翔 難易度★ 強度♥♥	※ファイトフィットはマスマスター、 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。		19
20	ムエタイ (初心者) 松本 純 難易度★ 強度♥♥	フィジカルトレーニング (初心者) 谷川 健志 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 (ダイエット) 栗林 克寛 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (初心者) 若林 龍翔 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。 SNSで告知しますのでご確認の上ご来店ください。		20
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	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 高松 龍也 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」 高松 龍也 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」 高松 龍也 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 若林 龍翔 難易度★ 強度♥♥	※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たせませんので 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。		21
22	21:45class ends 22:00 close							22
23								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  
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

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てます!



**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!!



**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!



**まゆ**

生年月日 1969年10月17日(54)  
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4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!



**谷川 健志**

1997年7月5日(26)  
指導クラス:キックボクシング 空手  
格闘技歴空手20年、キックボクシング2年  
元気に明るく楽しく一緒に汗を流しましょう