



★ファイトフィット下北沢 5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(祝日は18時まで)

【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	ボクシング (モーニング) 菅野 竜叶 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) 菅野 竜叶 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 永井 辰 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) 菅野 竜叶 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っ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ってない場合がございます。	7	
8	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 永井 辰 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度▼ミット1R		8	
9	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 永井 辰 難易度★強度▼♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅 龍太郎 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度▼ミット1R		9	
10	ボクシング (ダイエット) 菅野 竜叶 難易度★強度▼♥	ボクシング (ダイエット) 菅野 竜叶 難易度★強度▼♥	キックボクシング (ダイエット) 永井 辰 難易度★強度▼♥	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼♥	ボクシング (ダイエット) 菅野 竜叶 難易度★強度▼♥		無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！	10
11	ボクシング 【無料体験限定】 菅野 竜叶 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 菅野 竜叶 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 永井 辰 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 菅 龍太郎 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 菅野 竜叶 難易度★強度▼	12:00open 12:10start		
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)	キックボクシング 【無料体験限定】 永井 辰 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 菅野 竜叶 難易度★強度▼	12
13	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(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 永井 辰 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (初心者) 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 菅野 竜叶 難易度★★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 永井 辰 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 菅野 竜叶 難易度★★強度▼	13
14	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 小澤 謙人 難易度★強度▼♥	キックボクシング (ダイエット) 永井 辰 難易度★強度▼♥	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼♥	ボクシング (ダイエット) 菅野 竜叶 難易度★強度▼♥	キックボクシング (ダイエット) 永井 辰 難易度★強度▼♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度▼	14
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 小柳 武史 難易度★強度▼♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 永井 辰 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 菅 龍太郎 難易度★★強度▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 永井 辰 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 菅野 竜叶 難易度★強度▼♥	15
16	キックボクシング (ダイエット) 小柳 武史 難易度★強度▼♥	ボクシング (有酸素) 小澤 謙人 難易度★強度▼♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 難易度★強度▼♥	ボクシング 【無料体験限定】 菅 龍太郎 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 難易度★強度▼♥	キックボクシング (ダイエット) 永井 辰 難易度★強度▼♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 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)	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 (自主練習&ミット2R) 永井 辰 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 菅野 竜叶 難易度★強度▼	17
18	キックボクシング (ダイエット) 小柳 武史 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 (ダイエット) 高崎 芳明 難易度★強度▼♥	ボクシング (有酸素) 小澤 謙人 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 金曜日は22時クローズとなります。		18
19	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 奔田 航 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高崎 芳明 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★強度▼	※ファイトフィットはマスパーは禁止です。 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	キックボクシング (ダイエット) 小柳 武史 難易度★強度▼♥	キックボクシング (ダイエット) 奔田 航 難易度★強度▼♥	キックボクシング (ダイエット) 高崎 芳明 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 (ダイエット) 小澤 謙人 難易度★強度▼♥	※祝日の営業時間のお知らせ 5/3(金)、5/6(月) 7時~18時		20
21	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 奔田 航 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高崎 芳明 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 難易度★強度▼	ボクシング (有酸素) 小澤 謙人 難易度★強度▼♥			21
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 小柳 武史 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 奔田 航 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) 小柳 武史 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 小澤 謙人 難易度★強度▼			22
23	22:45class ends 23:00 close							23

ファイトフィット下北沢 インストラクター紹介

店舗代表 菅 龍太郎

1990年5月7日(33)
指導クラス:ボクシング
指導時間:
水曜7:00~17:00
格闘技座:ボクシング18歳
戦績:81戦82勝19敗
一言:カッコいいフォームで練習しましょう!



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



永井 辰

2001年3月3日(23)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
水曜7:00~17:00
格闘技座:キックボクシング7年
戦績:
一言:格闘技で日本を健康に!



菅野 竜叶

1997年1月18日(27)
指導クラス:ボクシング
指導時間:
月曜7:00~12:00、火曜7:00~15:00、金曜7:00~17:00
日曜13:00~18:00
格闘技座:ボクシング7年
戦績:
一言:ボクシング楽しみましょう!



小柳 武史

生年月日:非公開
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
月曜14:00~23:00、木曜21:00~23:00
格闘技座:キックボクシング
戦績:
一言:ご来店お待ちしております!



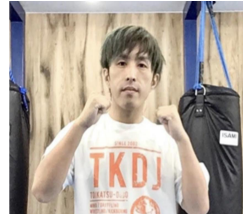
小澤 謙人

2001年7月17日(22)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
火曜13:00~17:00、木曜18:00~20:00
格闘技座:キックボクシング2年
戦績:
一言: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
指導時間:
水曜18:00~23:00
格闘技座:空手
戦績:
一言:ご来店お待ちしております!



斧田 航

1983年9月9日(40)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
火曜19:00~23:00
格闘技座:キックボクシング
戦績:
一言:ご来店お待ちしております!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net