



# ★ファイトフィット六本木ステーション 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(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) 佐々木 康博 難易度★強度★ミット1R	キックボクシング (モーニング) 小松 惇史 難易度★強度♥	キックボクシング (モーニング) 佐々木 康博 難易度★強度★ミット1R	キックボクシング (モーニング) 井上 洗 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 稲垣 翔大 難易度★強度★ミット1R			7
8	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 小松 惇史 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♥♥	キックボクシング (ダイエット) 井上 洗 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 稲垣 翔大 難易度★強度♥			8
9	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♥	キックボクシング (初心者) 小松 惇史 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♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 井上 洗 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 稲垣 翔大 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) 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 小松 惇史 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♥	キックボクシング 【無料体験限定】 井上 洗 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 稲垣 翔大 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(初心者) 【無料体験】 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 小松 惇史 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♥ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミットR) 井上 洗 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 稲垣 翔大 難易度★強度♥	12:00open 12:10start		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)	キックボクシング 【無料体験方限定】 井上 洗 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験方限定】 斧田 航 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 (コンビネーションミット) 小松 惇史 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 井上 洗 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 稲垣 翔大 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 井上 洗 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度♥	14
14	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 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) 小松 惇史 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 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♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 井上 洗 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度♥	14
15	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 (中級テクニク) 小松 惇史 難易度★強度★ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 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(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 (ダイエット) 井上 洗 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 難易度★強度♥♥	15
16	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 稲垣 翔大 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	ボクシング (有酸素) 井上 洗 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度♥	16
17	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】 稲垣 翔大 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♥	ボクシング 【無料体験限定】 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 (自主練習&ミットR) 井上 洗 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♥	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	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) 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 中島 由晴 難易度★強度♥	※ファイトフィットはマスマスパー、スー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で告知しますのでご確認ください。 ※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。 ※5/3(金)、5/6(月)は祝日の為18時までの営業です。		19
20	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 斧田 航 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♥	キックボクシング (初心者) 中島 由晴 難易度★強度♥			20
21	ボクシング(初心者) 【無料体験】 杉山 功一 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♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★強度♥	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 中島 由晴 難易度★強度♥			21
22	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) 佐々木 康博 難易度★強度♥	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♥	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) 杉山 功一 難易度★強度♥			22
23	22:45class ends		23:00 close					

# ファイトフィット六本木ステーション インストラクター紹介

店舗代表 佐々木康博



X



Facebook



Instagram



店舗SNS  
TikTok



YouTube



LINE@



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！



井上 洸

・出身地・・・東京都  
・指導内容・・・キックボクシング  
・戦績・・・  
・一言・・・一緒に楽しく格闘技しましょう！



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



小松 伸史

1997年11月18日(24)

指導クラス: キックボクシング  
格闘技歴: 空手6年 空手の指導3年  
基礎からの指導丁寧に教えていきます！

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



中島 由晴

・生年月日→1999年5月31日  
・指導時間  
・指導内容・・・キックボクシング  
・格闘技歴  
・戦績・・・  
・一言・・・楽しくやっています！



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！



稲垣 翔大

・生年月日・・・2002年9月25日  
・指導時間  
・出身地・・・東京都  
・指導内容・・・キックボクシング  
・戦績・・・  
・一言・・・格闘技を通して一緒に健康になりましょう