



★ファイトフィット池袋東口 5月時間割★

【営業時間】平日7:00～22:00 土曜 12:00～18:00 日曜 12:00～18:00(年中無休)「祝日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 ■その他 ■無料体験限定

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) 小松 偉史 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 高松 麗也 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 嵐士 難易度★強度▼	7	
8	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小松 偉史 難易度★強度▼ ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高松 麗也 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 力也 難易度★強度▼ ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 嵐士 難易度★強度▼ ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 嵐士 難易度★強度▼ ミット1R	8	
9	キックボクシング (ダイエット) 小松 偉史 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 高松 麗也 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 嵐士 難易度★強度▼	9	
10	キックボクシング 【無料体験限定】 小松 偉史 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 高松 麗也 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 嵐士 難易度★強度▼	10	
10:30 自主練習					10:30 自主練習		
11	キックボクシング (コンビネーションミット) 小松 偉史 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 高松 麗也 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 伊藤 力也 難易度★強度▼	初級フィジカル 嵐士 難易度★強度♥♥♥	初級フィジカル 嵐士 難易度★強度♥♥♥	11	
12:00open 12:10start					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)	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▼	キックボクシング (初心者) 星野 侑太 難易度★強度▼	
13	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 安田 高久 難易度★強度▼ ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 嵐士 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) ルイ 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▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 星野 侑太 難易度★強度▼	
14	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 ルイ 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▼	キックボクシング 【無料体験限定】 大野 兼資 難易度★強度▼	
15	キックボクシング 【無料体験限定】 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 ルイ 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 大野 兼資 難易度★強度▼	14:30 自主練習	
16	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 小関 美穂 難易度★強度▼	
17	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 嵐士 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット1R) 小関 美穂 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)	ボクシング (ダイエット) 波田 大和 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	
19	キックボクシング (ダイエット) 若林 龍翔 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 大野 兼資 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 波田 大和 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 殿川 雅史 難易度★強度▼	19	
20	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(ダイエット) 【無料体験】 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 大野 兼資 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験】 波田 大和 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 殿川 雅史 難易度★強度▼	20	
21	キックボクシング(ダイエット) 若林 龍翔	ボクシング(初心者) 野呂 宗弘	キックボクシング(ダイエット) 大野 兼資	ボクシング(初心者) 波田 大和	キックボクシング(ダイエット) 旭 凌石	21	
21:30 自主練習					21:30 自主練習		
22	21:45class ends 22:00 close					22	
23						23	

※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

無料体験実施中!!
体験予約はWEBから!!

※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。
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。

営業時間のお知らせ
5/3(金)5/6(月)祝日18:00までの営業

ファイトフィット池袋東口 インストラクター紹介

店舗代表 嵐士



1994年5月15日(29)
指導クラス、キックボクシング
指導時間
水曜19:00-22:00、木曜19:00-22:00
金曜7:00-12:00
指導経験 13年
戦績 4勝4勝2敗、タイトルワンキング、J-NET2018年度新人王
一言、怪我には気を付けてください！

店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



大野 兼寛

1988年5月10日(34)
指導クラス、ボクシング、キックボクシング
指導経験
水曜19:00-22:00、金曜19:00-22:00、土曜12:00-18:00
指導経験 14年
戦績、タイトルワンキング
一言、キックボクシングを楽しくしましょう！



野呂 兼弘

指導クラス、ボクシング
指導経験
火曜19:00-22:00、水曜19:00-22:00
指導経験 1年
戦績、タイトルワンキング
一言、全力で頑張ることを目指しています！



小松 博史

1997年11月18日(26)
指導クラス、キックボクシング
指導経験
月曜7:00-12:00
格闘技歴 2014年、2015年、2016年、2017年
戦績、タイトルワンキング
一言、基礎からの練習で頑張ってください！

Coming Soon



Coming Soon

Coming Soon

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net

伊藤 力也

1999年10月29日(24)
指導クラス、ボクシング、キックボクシング
指導経験
水曜19:00-22:00
格闘技歴、フルコンタクト、キックボクシング
戦績、タイトルワンキング
一言、キックボクシングで一緒に汗を流しましょう！

旭 凌右

2021年7月18日(21)
指導クラス、キックボクシング
指導経験
水曜19:00-22:00
格闘技歴、キックボクシング1年半
戦績、タイトルワンキング
一言、楽しくトレーニングできようニコニコ笑顔で盛り上げます！

渡田 大和

1997年1月18日(27)
指導クラス、キックボクシング
指導経験
水曜19:00-22:00
格闘技歴、ボクシング10年
戦績、タイトルワンキング
一言、あと一歩進めたいと努力になります！



安田 高久

1979年1月14日(47)
指導クラス、ボクシング、キックボクシング
指導経験 月曜19:00-22:00
格闘技歴、フルコンタクト、キックボクシング14年
戦績、1勝1勝2敗、タイトルワンキング
一言、格闘技を楽しくしましょう！
面白く楽しく通すきっかけを指導いたします



小園 美穂

指導クラス、キックボクシング
指導経験
土曜19:00-22:00
格闘技歴、キックボクシング1年半
戦績、タイトルワンキング
一言、楽しくトレーニングできようニコニコ笑顔で盛り上げます！

Coming Soon



若林 龍翔

2003年10月8日(21)
指導クラス、キックボクシング
指導経験
水曜19:00-22:00
格闘技歴、空手11年、キックボクシング2年
一言、楽しくレッスンします！気持ちよく汗を流しましょう



ルイ

指導クラス、キックボクシング
指導時間
木曜19:00-22:00
指導経験 1年
戦績、タイトルワンキング
一言、キックボクシングで一緒に汗を流しましょう！



星野 裕太

2003年12月8日(20)
指導クラス、キックボクシング
指導時間
日曜19:00-22:00
格闘技歴、キックボクシング
一言、高気圧で頑張ります！