



# ★ファイトフィット秋葉原 5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) 谷川 健志 難易度★強度♥	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	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	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) イコリ 難易度★強度♥♥	※祝日は18時までの営業です。 5/3 金曜日 5/6 月曜日		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	キックボクシング (初心者) 安田 高久 難易度★強度♥	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) イコリ 難易度★強度♥	9:00open 9:10start		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♥	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」 鈴木 優志 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) イコリ 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 (コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 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) イコリ 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) 「無料体験」 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(ダイエット) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 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」 安田 高久 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) イコリ 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」 谷川 健志 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 (初心者) 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♥♥	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 (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」 谷川 健志 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 (中級者) 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」 谷川 健志 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) 大野 兼資 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♥	フィジカルトレーニング (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」 若林龍翔 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♥	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。		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 (中級者) 谷川 健志 難易度★★強度♥♥♥	有酸素キックボクシング 若林 龍翔 難易度★強度♥♥	テコンドー (ダイエット) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥	有酸素キックボクシング 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♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 谷川 健志 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 若林龍翔 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 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♥♥	※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。		21
22	21:45class ends 22:00 close							22
23								23

# ファイトフィット秋葉原 インストラクター紹介

店舗代表 谷川 健志

1997年7月5日(26)  
指導クラス:空手、フィット、キックボクシング  
指導時間:  
月曜7:00~11:00、火曜13:00~17:00、20:00~22:00  
日曜14:00~18:00  
格闘技歴:空手20年、キックボクシング2年  
戦績:MVP1回、優勝1回、準優勝2回、3位1回(空手)  
一言:楽しくが1番大事!



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



大野 兼資

1988年5月10日(35)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:  
水曜13:00~18:00  
格闘技歴:14年  
戦績:16戦11勝3敗2分  
一言:格闘技で日本を健康に!



瀬下 鉄弥

1993年2月20日(30)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:  
火曜7:00~12:00、水曜7:00~12:00  
格闘技歴:13年  
一言:基本的な動作を丁寧に指導します



若林 龍翔

2003年10月9日(21)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
水曜19:00~22:00、金曜17:00~22:00  
格闘技歴:空手11年、キックボクシング2年  
一言:楽しくレッスンを! 気持ちよく汗を流しましょう



栗林 克寛

1988年7月13日(36)  
指導クラス:テコンドー、キックボクシング  
指導時間:  
木曜17:00~22:00、日曜9:00~15:00  
格闘技歴:20年  
一言:楽しく格闘技を身に付けてもらえたら幸いです



まゆ

1969年10月17日(54)  
指導クラス:有酸素キックボクシング  
指導時間:  
火曜16:00~20:00  
格闘技歴:有酸素キックボクシング4年  
一言:初心者でも楽しくがモットーです!



伊藤 義浩

1975年4月1日(49)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
金曜19:00~17:00  
格闘技歴:ボクシング6年、合気道6年、空手7年  
一言:丁寧に教えます!



イゴリ

1972年5月20日(52)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:  
金曜7:00~12:00  
格闘技歴:ボクシング10年、ムエタイ4年  
一言:身体を守る技術を身に覚えましょう



松本 純

1976年8月13日(48)  
指導クラス:ムエタイ、キックボクシング  
指導時間:  
月曜18:00~22:00  
格闘技歴:30年  
戦績:38戦8勝(KO23敗7分)JKFウェルター級3位  
一言:初心者大歓迎です!



鈴木 優志

1997年8月2日(26)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:  
木曜7:00~16:00  
格闘技歴:ボクシング10年  
一言:健康第一!



旭野 穂

1993年1月21日(31)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
月曜13:00~17:00  
格闘技歴:キックボクシング10年  
一言:皆さんの体力向上のお力になれば嬉しいです!



安田 高久

1975年1月14日(48)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
水曜7:00~12:00  
格闘技歴:剣道20年以上、キックボクシング5年  
戦績:アマチュアキック1勝  
一言:心身共に磨き、理論的かつ楽しくレッスンします!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net