



★ファイトフィット渋谷宮益坂 6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)祝日18:00迄

【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) 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) yamaguchi 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 野津 良太 難易度★強度♥	ボクシング (モーニング) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥			7	
8	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 yamaguchi 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット1R	※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てない場合がございます。		8	
9	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 yamaguchi ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥	脂肪燃焼有酸素 yamaguchi 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		9	
10	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥♥ミット1R	ヒップホップダンス yamaguchi 難易度★強度♥	ムエタイ (初心者) 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥♥ミット1R			10	
11	キックボクシング 「無料体験限定」 漆館 宗太 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥	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)			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)	12:00open 12:10start キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 芹沢 難易度★強度♥♥		ボクシング(有酸素) 「無料体験」 館上一樹 難易度★強度♥	12
13	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 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)	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 難易度★強度♥	ボクシング (コンビネーションミット) 近藤 敏展 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 芹沢 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 館上一樹 難易度★強度♥	13	
14	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 芹沢 難易度★強度♥♥	ボクシング (有酸素) 館上一樹 難易度★強度♥	14	
15	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 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) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 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) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 芹沢 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 館上一樹 難易度★強度♥	15	
16	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 芹沢 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 館上一樹 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)	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 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)	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 芹沢 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 館上一樹 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)	ボクシング(有酸素) 「無料体験」 館上一樹 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		18	
19	キックボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 高山 輝 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 近藤 敏展 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験」 館上一樹 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♥♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 高崎 芳明 難易度★強度♥♥		19	
20	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 吉越 博司 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 高山 輝 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 館上一樹 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 高崎 芳明 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者) 高崎 芳明 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。 ※祝日は18時までの営業になります。		20
21	ボクシング (中級) 吉越 博司 難易度★強度♥♥	ノーギ柔術 (テクニック) 高山 輝 難易度★強度♥♥	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 館上一樹 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♥♥	フィジカルトレーニング (中級) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥♥		21	
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 吉越 博司 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 高山 輝 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 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) 高崎 芳明 難易度★強度♥			22	
23	22:45class ends 23:00 close								23

ファイトフィット渋谷宮益坂 インストラクター紹介

店舗代表 野津 良太

ミット指導No.1
1987年6月18日(37)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:水曜13:00~11:00
格闘技歴:キックボクシング8年
経歴:21歳1勝10敗、ランニング、JANKFライト級1位
キックボクシングの事なら気軽に質問してください



店舗SNS
X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



漆館 宗太
格闘技歴No.1
1985年3月28日(39)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
月曜7:00~16:00、火曜14:00~18:00
格闘技歴:空手総合格闘技19年2段
初めての方でも分かりやすいレッスンをします



高崎 芳明
ファンカルクラスNo.1
1992年9月22日(31)
指導クラス:キックボクシング、総合
指導時間:木曜19:00~23:00、金曜19:00~23:00
格闘技歴:空手
気になることは何でも聞いてください!



近藤 敏展
館派こぼさNo.1
11月5日
指導クラス:ボクシング
指導時間:水曜15:00~22:00、木曜13:00~17:00
金曜13:00~18:00
格闘技歴:ボクシング10年以上
部活のような指導を心がけてます!



ダニエレ・ヘヴェリニ
美食顔ボクシングNo.1
1974年12月21日(49歳)
指導クラス:ボクシング
指導時間:火曜7:00~12:00、金曜7:00~11:00
ボクシング歴:10年
是非一緒にボクシング楽しみましょう!

Coming Soon



Coming Soon



yamaguchi
リズムNo.1
生年月日:非公開
指導クラス:ボクシング・ダンス
指導時間:水曜7:00~11:00
格闘技歴:非公開
是非クラスに来てください。

高山 輝
一本勝負No.1
1998年7月15日(25)
指導クラス:キックボクシング、ノーギ柔術
指導時間:火曜19:00~23:00
格闘技歴:柔術2年
一言:一緒に柔術を楽しみましょう!

芹沢
キック指導No.1
生年月日:非公開
指導クラス:キックボクシング
指導時間:土曜12:00~18:00
格闘技歴:非公開
楽しいクラスを心がけております。

館上 一樹
筋トレNo.1
2001年9月7日(22)
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18:00~19:00
日曜12:00~18:00
格闘技歴:キックボクシング
みんなが参加できるクラスにします。



吉越 博司
筋肉好きNo.1
1999年11月10日(25)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:月曜19:00~23:00
格闘技歴:ボクシング10年、総合格闘技3年
楽しく動いて筋肉増にさせます!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net