



★ファイトフィット池袋西口 6月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 7:00~12:00 日曜 7:00~12:00(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 ■総合格闘技 ■護身術 ■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 (初心者) 森脇 公三 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 森脇 公三 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 福島 嵩 難易度★強度▼	7
8	キックボクシング (コンビネーションミット) 森脇 公三 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 森脇 公三 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 (コンビネーションミット) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 福島 嵩 難易度★強度▼	8
9	キックボクシング 「無料体験限定」 森脇 公三 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 森脇 公三 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」 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 福島 嵩 難易度★強度▼	9
10	キックボクシング (ダイエット) 森脇 公三 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 森脇 公三 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 福島 嵩 難易度★強度▼	10
11	キックボクシング (ダイエット) 森脇 公三 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 森脇 公三 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) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 福島 嵩 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)	キックボクシング (初心者) 岡本 貴功 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)	11:45class ends 12:00close		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 (ダイエット) 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 岡本 貴功 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 高田 靖一 難易度★強度▼	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		13
14	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」 福島 嵩 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 岡本 貴功 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▼	キックボクシング 「無料体験限定」 高田 靖一 難易度★強度▼			14
15	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」 福島 嵩 難易度★強度▼	総合格闘技 (初心者) 岡本 貴功 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 (初心者) 高田 靖一 難易度★強度▼			15
16	キックボクシング 「無料体験限定」 奔田 航 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 福島 嵩 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 岡本 貴功 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 高田 靖一 難易度★強度▼			16
17	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 「無料体験限定」 福島 嵩 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)	※ファイトフィットはマスパーリングは禁止です。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。 ※9月から祝日は18時までの営業になります。		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)	祝日 18:00までの営業		18
19	キックボクシング (コンビネーションミット) 奔田 航 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 岩淵 将大 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) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 岩淵 将大 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、途中から参加された方のミットは持てない場合があります。		19
20	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) 岩淵 将大 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 岩淵 将大 難易度★強度▼	20		
21	キックボクシング 「無料体験限定」 奔田 航 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 岩淵 将大 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 「無料体験限定」 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 岩淵 将大 難易度★強度▼	21		
22	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) 岩淵 将大 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 岩淵 将大 難易度★強度▼	22		
23	22:45class ends 23:00 close						23	

ファイトフィット池袋西口 インストラクター紹介

店舗代表 岩淵 将大

1985年4月26日(39)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 火曜20:00~23:00、金曜19:00~23:00
 格闘技歴:11年 笑顔No.1
 一言:格闘技全般なんでも聞いてください。



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



高田 靖一

1985年12月10日(38)
 指導クラス:キックボクシング、ボディメイク
 指導時間:
 金曜13:00~17:00 ボディメイクNO.1
 格闘技歴:21年
 一言:タイプ別でキックボクシング指導をしています
 気軽に相談下さい!



伊藤 力也

1999年10月29日(24) モノマネ(殿川さん)NO.1
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング
 指導時間:
 水曜7:00~17:00
 格闘技歴:フルコン空手、キックボクシング
 一言:キックボクシングと一緒に汗を流しましょう!



野呂 宗弘

指導クラス:ボクシング
 指導時間:
 水曜19:00~23:00
 格闘技歴:ボクシング10年 八方美人NO.1
 一言:全力で殴る快感をたっぷり堪能してもらいます!



森脇 公三

1982年11月27日(41)
 指導クラス:キック、フィジカル、MMA
 指導時間:
 月曜7:00~12:00、水曜7:00~12:00
 格闘技歴:16年 ボジティブNO.1
 一言:格闘技で健康に!



岡本 貴功

1993年12月24日(30)
 指導クラス:ボクシング、ヨガ、護身術
 指導時間:
 水曜12:00~17:00 基礎技術指導NO.1
 格闘技歴:合気道10年、総合4年、ヨガ4年
 一言:健康に充実した人生のお手伝いを致します!



和田 拓也

1992年06月30日(32)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 木曜19:00~23:00
 格闘技歴:24年
 一言:楽しく格闘技しましょう! ミットNo.1



福島 嵩

1998年12月31日(25)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 火曜7:00~19:00、金曜7:00~12:00
 土曜7:00~12:00、日曜7:00~12:00
 格闘技歴:キックボクシング9年柔道3年MMA
 一言:格闘技で健康に! 脳筋NO.1!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net