



# ★ファイトフィット渋谷宮益坂 7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たない場合がございます。 ※フッククラスは着善に合わせてのストレッチクラスのため自主練習、サンドバッグ禁止になります。		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」 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♥							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♥	キックボクシング (ダイエット) 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							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 「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)	キックボクシング(初心者) (初心者) 野津 良太 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)					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(ダイエット) 「無料体験」 芹沢 難易度★強度♥♥		ボクシング(有酸素) 館上 一樹 難易度★強度♥	
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♥	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 (初心者) 館上 一樹 難易度★強度♥					
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) 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♥♥		キックボクシング (ダイエット) 館上 一樹 難易度★強度♥♥	
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 (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 (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♥					
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) 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) 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♥♥	
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	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 (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♥					
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	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) 「無料体験」 近藤 敏展 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♥♥					*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	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) 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♥♥							7/15(月)は18時までの営業です。		21	
21	ボクシング (中級) 吉越 博司 難易度★強度♥♥	ノーギ柔術 (テクニク) 高山 輝 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(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♥♥♥					22					
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♥							23		23	
										22:45class ends 23:00 close					

# 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:木曜13:00~12:00  
格闘技歴:キックボクシング8年  
経歴:21歳1勝10敗 ランキング:NKFF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**  
創設者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14:00~18:00  
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**  
美食歴ボクシング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3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**  
格闘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: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