



# ★ファイトフィット田町芝浦 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(火曜定休日)「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 ■ノーギ柔術 ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	ボクシング (モーニング) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R		ボクシング (モーニング) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (モーニング) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (モーニング) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	※無料体験限定は既存会員様のレッスンはありません。 *インストラクターの都合により、時間割が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。 ※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ておかないでください。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		7
8	ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R		ボクシング(初心者) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R			8
9	ボクシング(初心者) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R		ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(ダイエット) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R			9
10	ボクシング(ダイエット) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R		ボクシング(ダイエット) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(ダイエット) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(ダイエット) GEEINIE 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	ボクシング(初心者) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R		ボクシング(初心者) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング【無料体験限定】 GEEINIE 難易度★強度▼	ボクシング(コンビネーションミット) GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R	12:00open 12:10start		11
12	ボクシング【無料体験限定】 GEEINIE 難易度★強度▼		ボクシング【無料体験限定】 GEEINIE 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【無料体験限定】 GEEINIE 難易度★強度▼	キックボクシング(コンビネーションミット) 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング【無料体験限定】 高崎 芳明 難易度★強度▼	12
	12:30 自主練習		12:30 自主練習		12:30 自主練習			
13	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【無料体験限定】 吉越 博司 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング(初心者) 高崎 芳明 難易度★強度▼	13
14	ボクシング(コンビネーションミット) GEEINIE 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) GEEINIE 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) 吉越 博司 難易度★強度▼	総合格闘技(中級者) 吉越 博司 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング(初心者) 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング(コンビネーションミット) 高崎 芳明 難易度★強度▼	14
15	ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEEINIE 難易度★強度▼ミット1R		キックボクシング(ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度▼	ボクシング(ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング(初心者) 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 吉越 博司 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高崎 芳明 難易度★強度▼	15
16	ボクシング(ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度▼ミット1R		キックボクシング(初心者) 【無料体験】 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング【無料体験限定】 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング【無料体験限定】 吉越 博司 難易度★強度▼	ボクシング(コンビネーションバッグ) 吉越 博司 難易度★強度▼	総合格闘技(超初心者) 高崎 芳明 難易度★強度▼	16
17	ボクシング(初心者) 吉越 博司 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)	フィジカルトレーニング(初心者) 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 吉越 博司 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(自主練習&ミットR) 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング(自主練習&ミットR) 高崎 芳明 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)		キックボクシング【無料体験限定】 児玉 晃一 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)	17:45class ends 18:00close		18
19	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(初心者) 児玉 晃一 難易度★強度▼ミット1R	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(ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度▼	※マスマスパー、タッチゲーム、シャドーマスは禁止です。対人練習を行う場合はインストラクターの管理のもと行ってください。		19
20	ボクシング(有酸素) 館上 一樹 難易度★強度▼		総合格闘技(初心者) 児玉 晃一 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 吉越 博司 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 吉越 博司 難易度★強度▼	※怪我、体格差、手続き中のミット受けはお断りする場合がございます。 ※祝日は18時までの営業になります。 7/15(月)祝日 7時~18時		20
21	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 館上 一樹 難易度★強度▼		ノーギ柔術(テクニック) 児玉 晃一 難易度★強度▼	ボクシング(中級者) 吉越 博司 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング(中級者) 吉越 博司 難易度★強度▼			21
22	キックボクシング(自主練習&ミットR) 館上 一樹 難易度★強度▼		30分ノーギ柔術 児玉 晃一 難易度★強度▼	ボクシング(自主練習&ミットR) 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング(自主練習&ミットR) 吉越 博司 難易度★強度▼			22
23			22:30 自主練習	22:45class ends 23:00 close				23

トレーニングを希望の方はここから徒歩15分の田町三田店をご利用下さい。

定休日

# ファイトフィット田町芝浦 インストラクター紹介

店舗代表 吉越 博司

フィジカルNO. 1  
1998年11月10日(25歳)  
指導クラス:キックボクシング  
ボクシング歴10年、総合格闘技歴3年  
楽しく動いて筋肉痛にさせます!!  
指導時間:月16-18・木14-23・金14-23・土12-18



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



高崎 芳明

優しさNO. 1  
1992年9月22日(31)  
指導クラス:キックボクシング  
競技:空手 総合格闘技  
気になることは何でも聞いてください!  
指導時間:日12-18



兎玉 晃一

寝技指導NO. 1  
1978年9月27日(45)  
指導クラス:キックボクシング、柔術  
格闘技歴:柔術24年黒帯、総合18年  
格闘技の食わず嫌いをなくそう!  
指導時間:水18-23



GEENIE

フォーム指導NO. 1  
1978年10月13日(45)  
指導クラス:ボクシング  
競技:ボクシング  
一緒に楽しくボクシングしましょう!  
指導時間:月7-16・水7-16・木7-12・金7-13



館上 一樹

元気NO. 1  
2001年9月7日(22)  
指導クラス:キックボクシング  
競技:キックボクシング  
ご来店お待ちしております!  
指導時間:月19-23

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net