



# ★ファイトフィット新宿 7月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(祝日は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 ■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	ボクシング (モーニング) 矢代 明博 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 吉越 博司 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 永井 辰 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 小澤 謙人 難易度★ 強度♥ミット1R	※祝日の営業時間のお知らせ(15/月)7時~18時		7
8	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 斧田 航 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♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 永井 辰 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★ 強度♥	9:00open 9:10start		8
9	ボクシング(ミドルシニア) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★ 強度♥	初級フィジカル 吉越 博司 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 永井 辰 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(有酸素) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 永井 辰 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 田村 健悟 難易度★ 強度♥	9
10	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング 【無料体験限定】 斧田 航 難易度★ 強度♥	総合格闘技 (初心者) 高崎 芳明 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 永井 辰 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 小澤 謙人 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 永井 辰 難易度★ 強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	10
11	ボクシング 【無料体験限定】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 高崎 芳明 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 永井 辰 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 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(初心者) 【無料体験】 田村 健悟 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)	キックボクシング (コンビネーションミット) 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥♥	12
13	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 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】 斧田 航 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 (初心者) 【無料体験】 永井 辰 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(ミドルシニア) 【無料体験】 市川 裕隆 難易度★ 強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	13
14	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 斧田 航 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング (ダイエット) 【無料体験】 永井 辰 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 【無料体験】 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥♥	キックボクシング (初心者) 【無料体験】 市川 裕隆 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 田村 健悟 難易度★ 強度♥	14
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 矢代 明博 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) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 永井 辰 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥♥	15
16	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 【無料体験限定】 矢代 明博 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 【無料体験限定】 田村 健悟 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 田村 健悟 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 田村 健悟 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) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	ボクシング (コンビネーションミット) 矢代 明博 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 (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 田村 健悟 難易度★ 強度~♥♥♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 田村 健悟 難易度★ 強度~♥♥♥	17
18	キックボクシング 【無料体験限定】 永井 辰 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 田村 健悟 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) 【無料体験】 斧田 航 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 (初心者) 永井 辰 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 矢代・土屋 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★ 強度♥	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 館上 一樹 難易度★ 強度♥♥	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。 *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てませんのでご 下下さい。 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		19
20	キックボクシング (コンビネーションミット) 【無料体験】 永井 辰 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代・土屋 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★ 強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 館上 一樹 難易度★ 強度♥♥			20
21	キックボクシング (ダイエット) 永井 辰 難易度★ 強度♥	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代・土屋 難易度★ 強度♥	キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 難易度★ 強度♥	ボクシング (有酸素) 館上 一樹 難易度★ 強度♥			21
22	キックボクシング (自主練習&ミットR) 永井 辰 難易度★ 強度~♥♥♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 田村 健悟 難易度★ 強度~♥♥♥	ボクシング (自主練習&ミットR) 矢代 明博 難易度★ 強度~♥♥♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 斧田 航 難易度★ 強度~♥♥♥	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~♥♥♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23

# ファイトフィット新宿 インストラクター紹介

店舗代表 田村 健悟

1994年2月20日(30)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
水曜17:00~23:00、金曜14:00~18:00  
土曜16:00~18:00、日曜9:00~18:00  
格闘技歴:キックボクシング7年  
戦績:4戦3勝1敗 タイトル/ランキング:なし  
一言:きつてしっかり追い込みたい方、店舗美化No.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



永井 辰

2001年3月3日(23)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
月曜18:00~23:00、水曜7:00~18:00、土曜9:00~11:00  
格闘技歴:キックボクシング7年  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:格闘技で日本を健康に! 美顔No.1



矢代 明博

1994年6月23日(29)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間  
月曜7:00~18:00、水曜14:00~23:00  
格闘技歴:ボクシング15年  
戦績:プロ2勝5敗2分 タイトル/ランキング:なし  
一言:ボクシングを皆で楽しめよう、ミットNo.1



吉越 博司

1998年11月10日(25)  
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:ボクシング6年 総合格闘技1年  
戦績:不明 タイトル/ランキング:不明  
一言:怪我に気を付けてレッスンします! 総合格闘技No.1



冨田航

1983年8月9日(40)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
火曜7:00~15:00、水曜18:00~23:00  
格闘技歴:ムエタイ3年  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:キックボクシングで健康な身体作りを、楽しさNo.1



小澤 謙人

2001年7月17日(22)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
金曜7:00~9:00  
格闘技歴:キックボクシング2年  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:ご来店お待ちしております! 元氣No.1



市川 裕隆

1967年1月11日(57)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
土曜12:00~16:00  
格闘技歴:6年  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:楽しく格闘技しましょう!丁寧No.1



館上 一樹

2001年9月7日(22)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
金曜19:00~23:00  
格闘技歴:キックボクシング  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:ご来店お待ちしております!有酸素No.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



土屋 諒

2001年7月21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  
戦績:なし 美顔No.1  
一言:格闘技大好きなので是非、語りましょう!



高崎 芳明

1992年9月22日(31)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:水曜10:00~12:00  
戦績:なし 美顔No.1  
一言:気になることは何でも聞いてください!