



# ★ファイトフィット新宿東口駅前 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(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 ■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) TOMO 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) 栗原 瑛穂 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) 館上一樹 難易度★ 強度♥	9:00open 9:10start		7
8	キックボクシング(初心者) (無料体験) TOMO 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) (無料体験) Yamaguchi 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) (無料体験) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) (無料体験) Yamaguchi 難易度★ 強度♥	ボクシング(有酸素) 館上一樹 難易度★ 強度♥	9:00open 9:10start		8
9	ボクシング(初心者) TOMO 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ヒップホップ Yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) Yamaguchi 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) 館上一樹 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 大村 匠 難易度★ 強度♥♥	9
10	キックボクシング(ダイエット) (無料体験) TOMO 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(ダイエット) (無料体験) Yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) (無料体験) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	ボクシング(ダイエット) (無料体験) Yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(初心者) (無料体験) 館上一樹 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) (無料体験) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) (無料体験) 大村 匠 難易度★ 強度♥	10
11	ボクシング(コンビネーションミット) TOMO 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(初心者) Yamaguchi 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) (無料体験) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	ヒップホップ Yamaguchi 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♥	キックボクシング(初心者) (無料体験) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング(コンビネーションミット) (無料体験) 大村 匠 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)	ヒップホップ Yamaguchi 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)	12
13	ボクシング(初心者) 平丸 勝基 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) 館上一樹 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 栗原 瑛穂 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) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング(無料体験限定) 大村 匠 難易度★ 強度♥	13
14	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(初心者) (無料体験) 館上一樹 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 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) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 大村 匠 難易度★ 強度♥	14
15	キックボクシング(ダイエット) 平丸 勝基 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♥	キックボクシング(初心者) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング(ダイエット) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥	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(初心者) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) (無料体験) 大村 匠 難易度★ 強度♥♥	15
16	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 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♥	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) 平丸 勝基 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) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 大村 匠 難易度★ 強度♥	16
17	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 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(初心者) 平丸 勝基 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(自主練習&ミットR) 栗原 瑛穂 難易度★ 強度♥~♥♥♥	キックボクシング(自主練習&ミットR) 大村 匠 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(初心者) 館上一樹 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♥♥	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) (無料体験) 永井 辰 難易度★ 強度♥♥	17:45class ends 18:00close		18
19	キックボクシング(コンビネーションミット) 杉本 博文 難易度★ 強度♥	ボクシング(有酸素) 館上一樹 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♥	キックボクシング(ダイエット) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 永井 辰 難易度★ 強度♥♥	インストラクター スクール		19
20	キックボクシング(ダイエット) 杉本 博文 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♥♥	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(初心者) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 永井 辰 難易度★ 強度♥			20
21	キックボクシング(初心者) (無料体験) 杉本 博文 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♥	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(初心者) 平丸 勝基 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♥	※祝日の営業時間のお知らせ/15(月)7時~18時		21
22	キックボクシング(自主練習&ミットR) 杉本 博文 難易度★ 強度♥~♥♥♥	ボクシング(自主練習&ミットR) 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) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥~♥♥♥	キックボクシング(自主練習&ミットR) 永井 辰 難易度★ 強度♥~♥♥♥	※ミット1Rのクラスは、参加人数4人以下の場合のみミットR持ちまま参加人数4人以上の場合はミットは持たせない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っていない場合がございます		22
23	22:45class ends 23:00 close							23

# ファイトフィット新宿東口駅前 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  
格闘技歴:キックボクシング2年  
戦績:4戦3勝1敗 タイトル/ランキング:なし  
一言:きつく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@



平丸 勝基

1993年4月29日(42)  
指導クラス:ボクシング、キック、格闘、キッズレスリング  
指導時間:  
月曜13:00~18:00、水曜14:00~23:00  
格闘技歴:30年  
2000年プロボクシングA級選手  
元OFB日本王者 元トリビュートMMA65kg王者 タイトル/ランキング:不明  
一言:格闘技を習得する際は、  
考えろ！感じろ！楽しい格闘技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7:00~9:00  
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



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:  
金曜14:00~23:00  
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！笑顔No.1



TOMO

指導クラス:ボクシング・キックボクシング・ストレッチ  
指導時間:  
月曜7:00~12:00  
戦績/タイトル:ウエイティング2019年東京大会優勝2019  
ボディービル全日本大会優勝  
一言:ご来店お待ちしております。フィンガルNo.1



栗原 瑠穂

2005年1月20日(19)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:  
水曜7:00~18:00、土曜9:00~18:00  
格闘技歴:キックボクシング1年  
戦績:4戦2勝2敗 タイトル/ランキング:なし  
一言:格闘技で健康に！面白さNo.1



杉本 博文

1979年9月21日(44)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:  
月曜19:00~23:00  
格闘技歴:相撲、空手、空道等30年  
戦績:大連空道選抜大会出場2回  
タイトル/ランキング:大連空道選抜大会優勝二回二勝二敗  
一言:格闘技で健康に！元気No.1

Coming Soon

yamaguchi

指導クラス:ボクシング、ダンス  
指導時間:  
火曜7:00~12:00、木曜7:00~13:00  
格闘技歴:ボクシング4年、ダンス3年  
戦績:なし、タイトル/ランキング:なし  
一言:格闘技で健康に！ダンスNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net

Coming Soon

大村 匠

指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
日曜9:00~18:00  
戦績:なし、タイトル/ランキング:なし  
一言:格闘技で健康に！バリエーションNo.1。