



★ファイトフィット六本木ステーション 8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)

【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) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 小松 惇史 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 土居 海 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (モーニング) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	※初日、お盆営業は18時まで 8月の祝日、お盆営業は8月12日月曜日~16日金曜日です。	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	7
8	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) 小松 惇史 難易度★強度▼▼	キックボクシング (ダイエット) 土居 海 難易度★強度▼▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R			8
9	キックボクシング 「無料体験限定」 (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 小松 惇史 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 土居 海 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) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼			9
10	キックボクシング (コンビネーションミット) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 小松 惇史 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 土居 海 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R			10
11	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼▼	キックボクシング (初心者) 小松 惇史 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 土居 海 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (テクニック) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼▼	ボクシング (テクニック) 瀬下 鉄弥 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 「無料体験限定」 中島 由晴 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▼	12
13	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小松 惇史 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR)	ボクシング 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 稲垣 翔太 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 中島 由晴 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼	14
14	ボクシング (初心者) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 小松 惇史 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▼▼ミット1R	ボクシング (初心者) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 稲垣 翔太 難易度★強度▼▼	キックボクシング (初心者) 中島 由晴 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▼	14
15	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 小松 惇史 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 斧田 航 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度▼	ボクシング (有酸素) 稲垣 翔太 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 中島 由晴 難易度★強度▼▼	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼▼	15
16	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 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 (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★強度▼▼	キックボクシング (ダイエット) 稲垣 翔太 難易度★強度▼▼	フレックス(ストレッチ) 中島 由晴 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼	16
17	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング 「無料体験限定」 斧田 航 難易度★強度▼	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 稲垣 翔太 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 中島 由晴 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▼	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」 和田 拓也 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)	17:45class ends 18:00close ※無料体験者限定クラスは、 一般のクラスは実施しておりませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。		18
19	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度▼▼	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 杉山 功一 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▼	※ファイトフィット店では、マスパーリングを 含むスパーリングは禁止です。 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。 ※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 注意下さい。 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	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★強度▼▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 和田 拓也 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▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 岩淵 将大 難易度★強度▼			20
21	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 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 (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 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	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) 和田 拓也 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▼	ボクシング (自主練習&ミットR) 岩淵 将大 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 岩淵 将大 難易度★強度▼			22
23	22:45class ends		23:00 close				23	

ファイトフィット六本木ステーション インストラクター紹介

店舗代表 和田拓也

1992年6月30日(31)
指導クラス: キックボクシング
指導時間:
火曜15:00~17:00 水曜9:00~10:00, 19:00~22:00
木曜10:00~11:00
格闘技歴: 24年
キックボクシングをライフワークに! ミットNo.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



稲垣 翔大

2002年9月25日(22)
指導クラス: キックボクシング
指導時間:
水曜13:00~17:00
格闘技歴: 1年
一言: 格闘技で健康に!
腕力No.1



杉山 功一

1978年9月25日(45)
指導クラス: ボクシング
指導時間:
火曜19:00~23:00, 金曜19:00~23:00
月曜12:00~17:00
格闘技歴: ボクシング20年
・タイトル: 東日本新人王準優勝など
一言: 格闘技で健康に!
笑顔No.1



小松 伸史

1997年11月18日(26)
指導クラス: キックボクシング
指導時間:
月曜13:00~12:00
格闘技歴: 空手6年 空手の指導3年
一言: 基礎からの指導丁寧に入れていきます!
年間パーソナル売り上げNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



土居 海

1986年7月24日(37)
指導クラス: キックボクシング
指導時間:
水曜10:00~12:00
格闘技歴: キックボクシング18年
格闘技で健康に!
ミットNo.1



瀧下 鉄弥

1993年2月20日(30)
指導クラス: ボクシング
指導時間: 木曜日 7時~12時
格闘技歴: ボクシング13年
一言: 基本的な動きなど得意としておりますが
ゲーム感覚で楽しく
レッスンする事を心掛けております。
お掃除美化No.1



奔田 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, 木曜18:00~23:00
格闘技歴: ムエタイ2年
一言: キックボクシングで健康な身体作りを
笑顔No.1



佐々木 廉博

1983年12月13日(40)
指導クラス: ボクシング, キックボクシング
指導時間:
水曜19:00~22:00, 日曜12:00~18:00
格闘技歴: ボクシング歴15年, 空手6年
一言: 格闘技で健康に! 格闘技への情熱No.1



中島 由晴

1999年5月31日(24)
指導クラス: キックボクシング
指導時間:
月曜13:00~17:00, 18:00~23:00
木曜19:00~22:00, 土曜日14時~18時
格闘技歴: 6ヶ月
一言: 楽しくやっつけていきましょう!
基本に忠実No.1