



★ファイトフィット高田馬場駅前 8月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 or 23:00 土曜12:00~18:00 日曜12:00~18:00(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) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 伊藤 力也 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 伊藤 力也 難易度★強度▼	※祝日は18時までの営業となります。 8月12日(月)		7	
8	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 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▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミット1R			8	
9	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼			9	
10	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 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 (コンビネーションミット) 安田 高久 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 (テクニック) 瀬下 鉄弥 難易度★★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 安田 高久 難易度★★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 伊藤 力也 難易度★★強度▼	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)	ボクシング 「無料体験限定」 塚原 健二 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)	ボクシング (初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 安田 高久 難易度★強度▼	12	
13	ボクシング(初心者) 「無料体験」 塚原 健二 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 塚原 健二 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 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) 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング (有酸素) 井上 洗 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング (初心者) 瀬下鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★強度▼	13	
14	ボクシング (ダイエット) 塚原 健二 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 伊藤 力也 難易度★★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 伊藤 力也 難易度★★強度▼	ボクシング 「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 安田 高久 難易度★強度▼	14	
15	ボクシング 「無料体験限定」 塚原 健二 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」 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 伊藤 力也 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 安田 高久 難易度★強度▼	15	
16	ボクシング (ダイエット) 塚原 健二 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 平丸 勝基 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 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▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 安田 高久 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 (コンビネーションミット) 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」	キックボクシング (初心者)	ボクシング (ダイエット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	17	
18	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	キックボクシング (ダイエット) 平丸 勝基 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▼	ノーギ柔術 (初心者) 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 end 18:00close		18	
19	フィジカルトレーニング (初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	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▼	ボクシング (ダイエット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	総合格闘技(初心者) 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	*ファイトフィットはマスパ、スパリング等禁止 となっております。 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。		19	
20	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▼	キックボクシング (ダイエット) 平丸 勝基 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	キックボクシング (コンビネーションミット) 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング (初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	*インストラクターの都合により、時間割と担当者が 変更される場合があります。 sns等で告知しますので、難儀の上ご来店ください。		20	
21	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 平丸 勝基 難易度★強度▼	ボクシング 「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	ブラジリアン柔術 (初心者) 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▼	*初心者クラスでも会員さん同士の ミットの持ち合いを行うことがあります。 入会後まもない方は初心者クラスに参加し、 基本、基礎を学んでください。		21	
22	ボクシング (自主練習&ミット1R) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	21:45 class end 22:00 close		キックボクシング (自主練習&ミット1R) 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット1R) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	※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1R持ちます。 *参加人数4人以上の場合はミットは持ち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てない場合がございます。		22	
23	22:45 class end 23:00 close				22:45 class end 23:00 close				23

ファイトフィット高田馬場駅前 インストラクター紹介

店舗代表 瀬下 鉄弥

1993年2月20日(30)
 指導クラス:ボクシング
 指導時間:月曜日18時～22時、水曜日18時～22時、金曜日19時～23時
 格闘技歴:ボクシング3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がけております。
お掃除美化 NO.1



店舗SNS

X facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



塚原 健二
 1983年12月8日(40)
 指導クラス:ボクシング
 指導時間:月曜日13時～17時、火曜日12時～15時
 格闘技歴:プロボクシング7年
 一言:格闘技で日本を健康に!
スマイルNO.1



平丸 勝基
 1976年7月12日
 指導クラス:ボクシング、キック、レスリング
 指導時間:火曜日16時～22時
 格闘技歴:30年
 一言:武斗者同士、目指す格闘ババ
 考えるな!感じる! 美しい格闘技
目から顔のレッスンNO.1



児玉 晃一
 1978年9月27日(45)
 指導クラス:キックボクシング、柔術
 指導時間:木曜日17時～23時
 格闘技歴:柔術24年黒帯、総合18年
 格闘技の売わず買いなぞなくそう!
指導クラスの信頼NO.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



伊藤 力也
 1999年10月29日(24)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:火曜日11時、水曜日13時～17時
 金曜日13時～17時
 格闘技歴:フルコン空手、キックボクシング
 一言:キックボクシングと一緒に汗を流しましょう!
イケメンNO.1



安田 高久
 1975年1月14日(49)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:月曜日7時～12時、木曜日7時～16時
 土曜日12時～16時
 格闘技歴:剣道20年、キックボクシング4年
 総合格闘技1戦1勝
 一言:格闘技で心身ともに磨き
 面白おかしく通って楽しくお手伝いします
総合格闘技NO.1



井上 洸
 丁寧なレッスンNo.1
 2001年11月6日(22)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 金曜13:00～14:00
 格闘技歴:4ヶ月
 一言:一緒に楽しく格闘技をして健康になりましょう!