



# ★ファイトフィット大門浜松町 8月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00(月曜7:00~22:00) 土曜 13:00~18:00 日曜 13:00~18:00(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 (初心者) 漆原 季亮 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♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) tomo 難易度★強度♥	キックボクシング (モーニング) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 佐々木 康博 難易度★強度♥			7	
8	キックボクシング (ダイエット) 漆原 季亮 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♥	キックボクシング(ダイエット) tomo 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★強度♥♥ミット1R			8	
9	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆原 季亮 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♥	キックボクシング 「無料体験限定」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度♥			9	
10	キックボクシング 「無料体験限定」 漆原 季亮 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♥♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) tomo 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 佐々木 康博 難易度★強度♥	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 (初心者) 漆原 季亮 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♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 tomo 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥	ボクシング (有酸素) 佐々木 康博 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)			13:00open 13:10start	
13	キックボクシング (初心者) 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 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♥	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) 斧田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験方限定」 西片 慶 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♥	13	
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 児玉 晃一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 児玉 晃一 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) tomo 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♥	キックボクシング (初心者) 西片 慶 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 児玉 晃一 難易度★強度♥ミット1R	14	
15	キックボクシング (初心者) 漆原 季亮 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♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 児玉 晃一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 tomo 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	キックボクシング (コンビネーションミット) 西片 慶 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験方限定」 児玉 晃一 難易度★強度♥	15	
16	キックボクシング (初心者) 漆原 季亮 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 児玉 晃一 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	相撲エクササイズ (初心者) tomo 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 (中級テクニク) 西片 慶 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 児玉 晃一 難易度★強度♥	16	
17	キックボクシング 「無料体験限定」 漆原 季亮 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♥	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」 tomo 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♥	キックボクシング (自主練習&ミット1R) 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者) 児玉 晃一 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)	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)	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。  ※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1回持ちます。 ※参加人数4人以上の場合はミットは持たせませんのでご了承下さい。 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。		18	
19	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 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♥	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) 杉本 博文 難易度★強度♥	テコンドー (初心者) GUCCI 難易度★強度♥			19	
20	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 児玉 晃一 難易度★強度♥♥	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 杉本 博文 難易度★強度♥	テコンドー (ダイエット) GUCCI 難易度★強度♥			20	
21	キックボクシング 「無料体験限定」 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 児玉 晃一 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」 杉本 博文 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 GUCCI 難易度★強度♥			21	
22	キックボクシング (自主練習&ミット1R) 佐々木 康博 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット1R) 児玉 晃一 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット1R) 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット1R) 杉本 博文 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット1R) GUCCI 難易度★強度♥			22	
23	22:45class ends		23:00 close					23	

# ファイトフィット大門浜松町 インストラクター紹介

**店舗代表 佐々木康博**



1983年12月13日(40)  
指導クラス:キックボクシング、ボクシング  
指導時間:  
月曜19:00~23:00 水曜19:00~22:00 日曜13:00~18:00  
格闘技歴:ボクシング、柔術、柔道、キックボクシング  
一言:格闘技で幸せに!  
**格闘技マニアNO.1**

店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



**西片 慶**  
1987年2月9日(37)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
土曜13:00~17:00  
格闘技歴:キックボクシング  
一言:格闘技やダイエットのなぜ?にお答えいたします  
**分がやらず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:  
本曜7:00~12:00  
タイトル:ウエイトリフティング2018東京大会優勝2019  
ポニービル全日本大会準優勝  
一言:これまでお持ちしています。  
**美脚NO.1**



**杉山 功一**  
1978年7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  
日曜12:00~17:00  
格闘技歴:ボクシング20年  
・タイトル・全日本新人王準優勝など  
一言:格闘技で健康に!  
**美脚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:火曜日7時~12時  
格闘技歴:柔道20年、キックボクシング4年  
成績:1勝1敗  
一言:格闘技で心をなごませたい  
面白おかしく過ごさずかけをお手伝いします  
**格闘技マニアNO.1**



**鳴海 秀哉**  
1994年9月10日(29)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
月曜16:00~17:00 火曜17:00~17:00  
水曜17:00~17:00  
格闘技歴:10年  
一言:格闘技で健康に!  
**格闘技の指導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18:00~23:00  
格闘技歴:相撲、空手、空道等30年  
成績:大連実業団体力別全日本出場2回  
タイトル:ウエイトリフティング全日本大会2回二回二敗  
一言:格闘技で健康に!  
一言:トレーニングで楽しもう!  
**一輪にトレーニングで楽しもう!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:火曜4時~23時 水曜13:00~18:00  
格闘技歴:柔術24年柔術、総合16年  
格闘技の食わず嫌いをなくそう!  
**指導クラスの職人NO.1**



**芹田 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19:00~19:00 水曜18:00~23:00  
格闘技歴:ムエタイ2年  
成績:なし  
一言:キックボクシングで健康な身体作りを  
**美脚NO.1**



**滝原 季亮**  
1985年3月1日(38)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
水曜7:00~11:00 日曜12:00~18:00  
格闘技歴:キックボクシング15年  
成績:2戦1勝1敗  
一言:キックボクシングの基礎を丁寧に教えます!  
**丁寧なクラスNo.1**



**GUCCI**  
1991年9月27日(32)  
指導クラス:フィットネス、キックボクシング  
指導時間:  
金曜19:00~23:00  
格闘技歴:フィジコン1年  
一言:楽しんでほしい  
**初黒い肌NO.1**

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net