



★ファイトフィット池袋東口 8月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 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 ■その他 ■無料体験限定

	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) 小松 博史 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 高松 麗也 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) 塚原 健二 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 福島 嵩 難易度★強度▼	<p>※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</p> <p>無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!</p> <p>12:00open 12:10start</p> <p>17:45class ends 18:00close</p> <p>※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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。</p> <p>営業時間のお知らせ 8/12(月)祝日営業7:00~18:00 8/13(火)~8/16(金)は、 「7:00~18:00」までの営業時間となります。</p>	7	
8	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小松 博史 難易度★強度▼ ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高松 麗也 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(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】 福島 嵩 難易度★強度▼ ミット1R		8	
9	キックボクシング (ダイエット) 小松 博史 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 高松 麗也 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 (コンビネーションミット) 塚原 健二 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 福島 嵩 難易度★強度▼		9	
10	キックボクシング 【無料体験限定】 小松 博史 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 高松 麗也 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 【無料体験限定】 塚原 健二 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 福島 嵩 難易度★強度▼		10	
	10:30 自主練習	10:30 自主練習	10:30 自主練習	10:30 自主練習	10:30 自主練習			
11	キックボクシング (コンビネーションミット) 小松 博史 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 高松 麗也 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▼	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 (コンビネーションミット) 福島 嵩 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)		ボクシング (コンビネーションミット) 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 星野 侑太 難易度★強度▼
13	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	ボクシング(初心者) 【無料体験】 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 嵐士 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) ルイ 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 大野 兼資 難易度★強度▼		ボクシング (初心者) 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 星野 侑太 難易度★強度▼
14	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 ルイ 難易度★強度▼ ミット1R	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 大野 兼資 難易度★強度▼		ボクシング 【無料体験限定】 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 星野 侑太 難易度★強度▼
15	キックボクシング 【無料体験限定】 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 ルイ 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 大野 兼資 難易度★強度▼		14:30 自主練習	14:30 自主練習
16	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 嵐士 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 大野 兼資 難易度★強度▼		キックボクシング (ダイエット) 小関 美穂 難易度★強度▼	ボクシング (有酸素) 星野 侑太 難易度★強度▼
17	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 嵐士 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】 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット1R) 小関 美穂 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット1R) 星野 侑太 難易度★強度▼	
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)	キックボクシング (初心者) ルイ 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		
19	キックボクシング (ダイエット) 若林 龍翔 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) ルイ 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 殿川 雅史 難易度★強度▼	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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。		
20	キックボクシング (初心者) 若林 龍翔 難易度★強度▼	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 野呂 宗弘 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 大野 兼資 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 ルイ 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 殿川 雅史 難易度★強度▼	営業時間のお知らせ 8/12(月)祝日営業7:00~18:00 8/13(火)~8/16(金)は、 「7:00~18:00」までの営業時間となります。		
21	キックボクシング(ダイエット) 若林 龍翔	ボクシング(初心者) 野呂 宗弘	キックボクシング(ダイエット) 大野 兼資	キックボクシング(ダイエット) ルイ	キックボクシング(ダイエット) 尾 凌石			
	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習			
22	21:45class ends 22:00 close							
23								

ファイトフィット池袋東口 インストラクター紹介

店舗代表 塚原 健二

1982年12月8日(40)
指導クラス、キックボクシング
指導時間
水曜 7:00-12:00
格闘技系、キックボクシング4年
一言、笑顔で指導に！
実業家NO.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



大野 兼寛

1988年9月19日(34)
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、土曜 12:00-18:00
格闘技系 14年
タイトルキックボクシング 2018年全日本選手権MMAランカー
一言、ボクシングを楽しく見せよう！
格闘家NO.1



野呂 泰弘

指導クラス、ボクシング
指導時間
火曜 12:00-22:00、
指導時間 1年
一言、全力で取る選手を応援させていただきます！
実業家NO.1



小松 輝史

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 7:00-12:00
格闘技系 実業家、空手の指導3年
一言、基礎からの選手を応援させていただきます！
格闘家レベルアップNO.1

Coming Soon



伊藤 力也

1999年10月29日(24)
指導クラス、ボクシング、キックボクシング
指導時間
水曜 7:00-12:00
格闘技系、フリースタイル、キックボクシング
一言、キックボクシングを一緒に楽しんで見せよう！
モマネ(横川さん)NO.1

Coming Soon

旭 凌右

2001年7月18日(21)
指導クラス、キックボクシング
指導時間
水曜 12:00-18:00
格闘技系、キックボクシング1年半
一言、想いを込めて指導させていただきます！
実業家NO.1



星野 侑太

2003年12月8日(20)
指導クラス、キックボクシング
指導時間
月曜 20:00-23:00
格闘技系 実業家
一言、実力を伸ばす選手を応援させていただきます！
実業家NO.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



安田 高久

1976年1月14日(47)
指導クラス、キックボクシング
指導時間
月曜 12:00-18:00
格闘技系 実業家、キックボクシング4年
格闘技系 1年
一言、笑顔で心から指導させていただきます！
誰がの心も笑顔で受け止めます！
格闘家NO.1



小園 美穂

指導クラス、キックボクシング
指導時間
土曜 12:00-18:00
格闘技系、キックボクシング2年
一言、楽しんでもらって一緒に楽しんで見せよう！
盛り上げNO.1

Coming Soon

高松 麗也

1999年10月16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
格闘技系 実業家、空手の指導3年
一言、基礎からの選手を応援させていただきます！
実業家NO.1



若林 龍翔

2003年10月8日(21)
指導クラス、キックボクシング
指導時間
月曜 19:00-23:00
格闘技系 空手1年、キックボクシング2年
一言、楽しんでもらって一緒に楽しんで見せよう！
格闘家NO.1



ルイ

指導クラス、キックボクシング
指導時間
木曜 12:00-18:00
格闘技系 1年
一言、キックボクシングと一緒に汗を流しましょう！
基本実業家NO.1



嵐士

1994年5月15日(29)
指導クラス、キックボクシング
指導時間
水曜 12:00-18:00
格闘技系 1年
実績、6戦4勝2敗、タイトルキックボクシング、J-NET2018年度新人王
一言、後輩には気をつけて見せよう！実業家NO.1



福島 嵩

1998年12月31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
格闘技系、キックボクシング4年、柔道3年MMA
一言、格闘技で指導に！ 実業家NO.1