



# ★ファイトフィット田町芝浦 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(火曜定休日)「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 ■ノーギ柔術 ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	ボクシング (モーニング) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R		ボクシング (モーニング) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	※無料体験限定は既存会員様のレッスンはありません。 *インストラクターの都合により、時間割が変更されることがあります。SNSで告知しますのでご確認の上ご来店ください。 ※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たせておきます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		7
8	ボクシング(初心者) 「無料体験」 GEENIE 難易度★強度♥ミット1R		ボクシング (初心者) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R			8
9	ボクシング (初心者) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R		ボクシング(初心者) 「無料体験」 GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) GEENIE 難易度★★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 GEENIE 難易度★強度♥ミット1R			9
10	ボクシング (ダイエット) GEENIE 難易度★★強度♥♥ミット1R		ボクシング (ダイエット) GEENIE 難易度★★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) GEENIE 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	ボクシング (初心者) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R		ボクシング (初心者) GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング「無料体験限定」 GEENIE 難易度★強度♥	ボクシング (コンビネーションミット) GEENIE 難易度★★強度♥♥ミット1R			11
12	ボクシング「無料体験限定」 GEENIE 難易度★強度♥		ボクシング「無料体験限定」 GEENIE 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「無料体験限定」 GEENIE 難易度★強度♥	12:00open 12:10start		12
	12:30 自主練習		12:30 自主練習		12:30 自主練習	キックボクシング (コンビネーションミット) 吉越 博司 難易度★強度♥♥	キックボクシング 「無料体験限定」 高崎 芳明 難易度★強度♥	
13	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」 吉越 博司 難易度★強度♥	フィジカルトレーニング (初心者) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥	13
14	ボクシング (コンビネーションミット) GEENIE 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) 吉越 博司 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) 吉越 博司 難易度★★強度♥♥	総合格闘技 (中級者) 吉越 博司 難易度★★強度♥♥♥	フィジカルトレーニング (初心者) 吉越 博司 難易度★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥	14
15	ボクシング(初心者) 「無料体験」 GEENIE 難易度★強度♥ミット1R		キックボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度♥	フィジカルトレーニング (初心者) 吉越 博司 難易度★強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 吉越 博司 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 高崎 芳明 難易度★強度♥♥	15
16	ボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★★強度♥♥ミット1R		キックボクシング(初心者) 「無料体験」 吉越 博司 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 吉越 博司 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 吉越 博司 難易度★強度♥	ボクシング (コンビネーションバッグ) 吉越 博司 難易度★★強度♥♥♥	総合格闘技 (超初心者) 高崎 芳明 難易度★強度♥	16
17	ボクシング (初心者) 吉越 博司 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)	フィジカルトレーニング (初心者) 吉越 博司 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 吉越 博司 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 吉越 博司 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 高崎 芳明 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」 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)	17:45class ends 18:00close		18
19	キックボクシング (ダイエット) 館上 一樹 難易度★強度♥		キックボクシング (初心者) 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度♥	※マスパ、タッチゲーム、シャドーマは禁止です。 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。		19
20	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 (ダイエット) 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 吉越 博司 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 吉越 博司 難易度★強度♥	※怪我、体格差、手続き中のミット受けはお断りする場合がございます。 ※祝日は18時までの営業になります。 8/12(月)祝日 7時~18時		20
21	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 館上 一樹 難易度★強度♥♥		ノーギ柔術 (テクニク) 難易度★★強度♥♥	ボクシング (中級者) 吉越 博司 難易度★★強度♥♥♥	フィジカルトレーニング (中級者) 吉越 博司 難易度★★強度♥♥♥			21
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 館上 一樹 難易度★強度♥		30分ノーギ柔術 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 吉越 博司 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 吉越 博司 難易度★強度♥			22
23			22:30 自主練習	22:45class ends 23:00 close				23

トレーニングを希望の方はここから徒歩15分の  
**定休日**  
 ラポ田町三田店をご利用下さい。

# ファイトフィット田町芝浦 インストラクター紹介

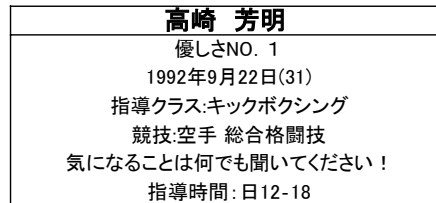
店舗代表 吉越 博司

フィジカルNO. 1  
1998年11月10日(25歳)  
指導クラス:キックボクシング  
ボクシング歴10年、総合格闘技歴3年  
楽しく動いて筋肉痛にさせます!!  
指導時間:月16-18・木14-23・金14-23・土12-18



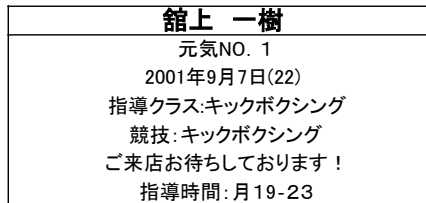
高崎 芳明

優しさNO. 1  
1992年9月22日(31)  
指導クラス:キックボクシング  
競技:空手 総合格闘技  
気になることは何でも聞いてください!  
指導時間:日12-18



館上 一樹

元気NO. 1  
2001年9月7日(22)  
指導クラス:キックボクシング  
競技:キックボクシング  
ご来店お待ちしております!  
指導時間:月19-23



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



GEENIE

フォーム指導NO. 1  
1978年10月13日(45)  
指導クラス:ボクシング  
競技:ボクシング  
一緒に楽しくボクシングしましょう!  
指導時間:月7-16・水7-16・木7-12・金7-13

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net