



# ★ファイトフィット新潟海老ヶ瀬インター前 8月時間割★

【営業時間】平日 12:00~21:00 土曜休館日 日曜12:00~18:00 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 ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
9							
10	<b>無料体験実施中!!! 体験予約はWEBから!!!</b>						
11	12:00open 12:10start						
12	ボクシング(初心者) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥ミット1R	ブラジリアン柔術 (初心者) 小林 孝秀 難易度★ 強度♥♥	<b>休館日</b>  ※トレーニングをご希望の方は <b>ファイティングラボ新潟</b> をご利用ください。  ※ミット1R表記のクラスは、 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。  17:45class ends 18:00close	キックボクシング 「無料体験限定」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥
13	ボクシング (コンビネーションミット) 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	キックボクシング (ダイエット) 桑原 瞳 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング(初級テクニック) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥ミット1R	ブラジリアン柔術 (打ち込み) 小林 孝秀 難易度★ 強度♥♥		キックボクシング (初心者) 桑原 瞳 難易度★ 強度♥
14	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 桑原 瞳 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) 桑原 瞳 難易度★ 強度♥	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 山本 拓哉 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) 桑原 瞳 難易度★ 強度♥
15	ボクシング(初級テクニック) 「無料体験」 山本 拓哉 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) 桑原 瞳 難易度★ 強度♥	フィジカルトレーニング 桑原 瞳 難易度★ 強度♥♥	ボクシング (コンビネーションミット) 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	キックボクシング (ダイエット) 山本 拓哉 難易度★ 強度♥♥ミット1R		フィジカルトレーニング 桑原 瞳 難易度★ 強度♥♥
16	キックボクシング 「無料体験限定」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥		キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥♥
17	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)		レディースキックボクシング (初心者) 桑原 瞳 難易度★ 強度♥
18	ボクシング(初心者) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	ノーギ柔術 (ダイエット) 桑原 瞳 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (有酸素) 桑原 瞳 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥		
19	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小林 孝秀 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 渡邊 晋介 難易度★ 強度♥		キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 山本 拓哉 難易度★ 強度♥♥
20	キックボクシング (ダイエット) 山本 拓哉 難易度★ 強度♥♥	総合格闘技 (ダイエット) 小林 孝秀 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 桑原 瞳 難易度★ 強度♥	ボクシング 山本 拓哉 難易度★ 強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 渡邊 晋介 難易度★ 強度♥♥		キックボクシング (コンビネーションミット) 山本 拓哉 難易度★ 強度♥
21	20:45 class ends 21:00 close						お盆期間のスケジュール 8/12(月)~8/16(金)は12時~18時までの営業です。

# ファイトフィット新潟海老ヶ瀬インター前

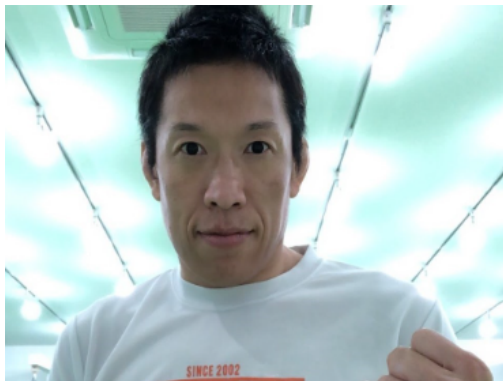
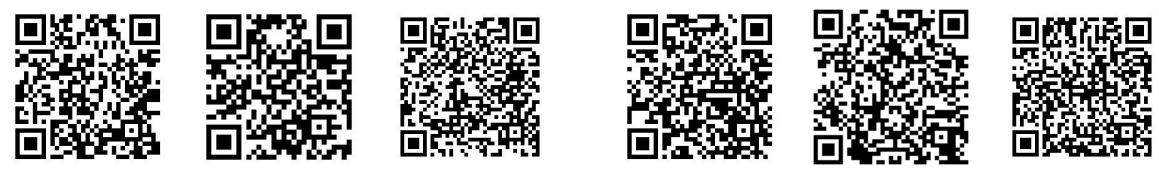
# インストラクター紹介

**店舗代表 桑原 瞳**

お掃除No.1  
指導クラス:キックボクシング、フィジカル、  
有酸素、ノーギ柔術ダイエット  
指導時間:  
火曜12:00~19:00、水曜12:00~21:00  
日曜12:00~18:00  
格闘技歴:総合格闘技、ブラジリアン柔術  
一言:楽しく格闘技で心身共に健康的に☆



店舗SNS  
X    Facebook    Instagram    TikTok    YouTube    LINE@



**小林 孝秀**  
追い込みトレーニングNo.1  
1975年10月6日(48)  
指導クラス:キックボクシング、ブラジリアン柔術  
指導時間:火曜19:00~21:00 金曜12:00~14:00  
格闘技歴:総合格闘技、ブラジリアン柔術24年茶帯  
プロフェッショナル修斗戦績:11戦2勝8敗1分  
一言:格闘技をやり抜くことで健康に!!



**山本 拓哉**  
細かな指導No.1  
1995年3月9日(29)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:  
月曜12:00~21:00、木曜12:00~21:00、金曜14:00~21:00  
格闘技歴:ボクシング4年  
一言:初めての方でも楽しく格闘技!



**渡邊 晋介**  
物腰柔らかNo.1  
1996年7月8日(28)  
指導クラス:キックボクシング、ノーギ柔術  
指導時間:  
木曜19:00~21:00  
格闘技歴:総合、キックボクシング、柔術3年  
一言:格闘技を楽しみながら健康になりましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net