



★ファイトフィット中目黒 9月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 12:00~18:00 日曜 13:00~18:00(年中無休) 祝日 18:00迄

【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) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度♥ミット1R	9月祝日営業日 9月16日(月) 9月23日(月) 7:00~18:00迄。		7
8	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 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♥			8
9	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	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	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	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		無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！	9
10	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 足立 剛 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】 ルイ 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 ルイ 難易度★強度♥ミット1R			10
11	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在) ルイ	キックボクシング 【無料体験限定】 ルイ 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)	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】 下田 真士 難易度★強度♥	13:00open 13:10start	12
13	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) 【無料体験】 重吉 史斗 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】 ルイ 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 重吉 史斗 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) 下田 真士 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 石司 晃一 難易度★強度♥	13
14	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 廣田 秀太 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 重吉 史斗 難易度★強度♥ミット1R	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 (有酸素) 足立 剛 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 重吉 史斗 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 下田 真士 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 石司 晃一 難易度★強度♥	14
15	キックボクシング (初心者) 廣田 秀太 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 重吉 史斗 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 重吉 史斗 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) 下田 真士 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 石司 晃一 難易度★強度♥	15
16	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 廣田秀太 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) MARU 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 足立 剛 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)	キックボクシング (コンビネーションミット) 重吉 史斗 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初級テクニック) 下田 真士 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 石司 晃一 難易度★強度♥	16
17	キックボクシング 【無料体験限定】 廣田 秀太 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) MARU 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 足立 剛 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】 重吉 史斗 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 下田 真士 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 石司 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)	キックボクシング (初心者) 関口 祐冬 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	※ファイトフィットはマスパー禁止です。 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。 ※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、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。	18	
19	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 足立 剛 難易度★強度♥	マット運動 (初心者) 高橋 トモロヲ 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 関口 祐冬 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥			19
20	ボクシング (有酸素) 足立 剛 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度♥	ブラジリアン柔術 (初心者)(ノーギ可) 高橋 トモロヲ 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者) 関口 祐冬 難易度★強度♥	ボクシング (有酸素) 足立 剛 難易度★強度♥♥			20
21	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング (初級テクニック) 足立 剛 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (中級者)(ノーギ可) 高橋 トモロヲ 難易度★★強度♥	総合格闘技 (中級者) 関口 祐冬 難易度★★強度♥♥	フィジカルトレーニング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥			21
22	キックボクシング (自主練習&ミットR) 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 足立 剛 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 高橋 トモロヲ 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 関口 祐冬 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 足立 剛 難易度★強度♥			22
23	22:45class ends 23:00close							23

ファイトフィット中目黒 インストラクター紹介

店舗代表 足立 剛

月間指名本数NO.1
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:月曜7:00-12:00 19:00-23:00
 火曜7:00-12:00 19:00~23:00
 水曜15:00-18:00
 木曜7:00~16:00金曜19:00~23:00
 格闘技歴:キックボクシング4年 ムエタイ4年
 一言:一緒に頑張ります!



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



Coming Soon



Coming Soon

ルイ
 基礎NO.1
 2003年11月15日(20)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:キックボクシング1年
 指導時間:
 水曜7:00~15:00、金曜7:00~12:00
 一言:キックボクシングで健康になりましょう!

高橋トモロラ
 芸術的NO.1
 指導クラス:ブラジリアン柔術、ノーギ柔術
 指導時間:
 水曜19:00~23:00
 格闘技歴:ブラジリアン柔術、総合格闘技
 一言:楽しいクラスを心掛けます。

石司 晃一
 満足度NO.1
 1987年2月26日(36)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:日曜13:00~18:00
 競技歴:22年 第9代DEEPバンタム級チャンピオン
 一言:格闘技を楽しんでやりましょう!

重吉 史斗
 健康NO.1
 1982年10月14日(40)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:火曜10:00~16:00、金曜13:00~18:00
 格闘技歴:15年
 戦績:5戦2勝2敗1分
 一言:パーソナルレッスンもおすすめです!

Coming Soon

Coming Soon

Coming Soon

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net

関口 祐冬
 実戦NO.1
 1996年11月4日(27)
 指導クラス:キックボクシング、総合格闘技
 指導時間:木曜18:00~23:00
 格闘技歴:総合格闘技10年
 一言:楽しく運動しましょう!

下田 真士
 技術NO.1
 2003年2月10日(20)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:土曜12:00~18:00
 格闘技歴:キックボクシング12年
 一言:皆様の技術向上の為、頑張ります!

廣田 秀太
 爽やかNO.1
 2002年2月16日(21)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:月曜13:00~18:00
 格闘技歴:キックボクシング
 一言:楽しくキックボクシングをやりましょう!

Coming Soon

MARU
 充実度NO.1
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:火曜16:00~18:00 水曜15:00~18:00
 格闘技歴:キックボクシング
 一言:よろしくお願いします。