



# ★ファイトフィット新宿 9月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(祝日は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

|    | 月曜  | 火曜   | 水曜   | 木曜   | 金曜   | 土曜   | 日曜  |
|----|---|--|--|--|--|--|---|
| 7  | ボクシング<br>(モーニング)<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥ミット1R      | キックボクシング<br>(モーニング)<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥ミット1R       | キックボクシング<br>(モーニング)<br>吉越 博司<br>難易度★ 強度♥ミット1R    | キックボクシング<br>(モーニング)<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥ミット1R         | キックボクシング<br>(モーニング)<br>小澤 謙人<br>難易度★ 強度♥ミット1R        | ※祝日、短縮営業の営業時間のお知らせ④/16、23日<br>7時~18時   |   |
| 8  | ボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥       | キックボクシング(ダイエット)<br>【無料体験】<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥♥     | キックボクシング<br>(初心者)<br>【無料体験】<br>吉越 博司<br>難易度★ 強度♥ | キックボクシング<br>(初心者)<br>【無料体験】<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥      | キックボクシング<br>(初心者)<br>【無料体験】<br>小澤 謙人<br>難易度★ 強度♥     | 9:00open 9:10start   |   |
| 9  | ボクシング(ミドルシニア)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥    | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥        | 初級フィジカル<br>吉越 博司<br>難易度★ 強度♥♥                    | ボクシング<br>(ダイエット)<br>【無料体験】<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥♥      | ボクシング<br>(有酸素)<br>小澤 謙人<br>難易度★ 強度♥                  | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥   | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥       |
| 10 | ボクシング(ダイエット)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥♥    | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥           | 総合格闘技<br>(初心者)<br>高崎 芳明<br>難易度★ 強度♥              | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥             | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>小澤 謙人<br>難易度★ 強度♥            | キックボクシング<br>(初心者)<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥  | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥ |
| 11 | ボクシング<br>【無料体験限定】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥          | キックボクシング<br>(初心者)<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥ミット1R         | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>高崎 芳明<br>難易度★ 強度♥ミット1R    | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥ミット1R         | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>小澤 謙人<br>難易度★ 強度♥ミット1R    | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)  | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥    |
| 12 | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                       | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                          | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                        | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>市川 裕隆<br>難易度★ 強度♥♥  | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥♥      |
| 13 | ボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥ミット1R  | キックボクシング(ダイエット)<br>【無料体験】<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥ミット1R | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                        | キックボクシング<br>(初心者)<br>【無料体験】<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥ミット1R | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | キックボクシング(ミドルシニア)<br>【無料体験】<br>市川 裕隆<br>難易度★ 強度♥  | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                       |
| 14 | ボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥       | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥      | ボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥        | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>【無料体験】<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥♥   | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥            | キックボクシング<br>(初心者)<br>市川 裕隆<br>難易度★ 強度♥   | キックボクシング<br>(初心者)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥          |
| 15 | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥♥ | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                          | ボクシング(ダイエット)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥♥     | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥♥       | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥      | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>市川 裕隆<br>難易度★ 強度♥♥  | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥♥      |
| 16 | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                       | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                          | ボクシング<br>【無料体験限定】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥           | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥            | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥  | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥       |
| 17 | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                       | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥          | ボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥♥     | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥            | キックボクシング<br>(自主練習&ミットR)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度~♥♥♥  | キックボクシング<br>(自主練習&ミットR)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度~♥♥♥ |
| 18 | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥        | キックボクシング<br>【無料体験限定】<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥          | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                        | キックボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥          | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | 17:45class ends 18:00close   |   |
| 19 | キックボクシング<br>(初心者)<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥           | キックボクシング<br>(初心者)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥             | ボクシング(ダイエット)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥♥     | キックボクシング<br>(初心者)<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥                | キックボクシング<br>(初心者)<br>【無料体験】<br>劉 官保<br>難易度★ 強度♥ミット1R | 対人練習を行う場合は、必ず<br>インストラクターの管理のもと行ってください。<br>*インストラクターの都合により、時間割と<br>変更されることがあります。<br>snsで告知しますのでご確認の上ご来店ください。<br>*※ミット1Rのクラスは、参加人数3人以下の場合のみ<br>ミットを1R持ちます。<br>参加人数4人以上の場合はミットは持てませんので<br>ご了承ください。<br>また、途中から参加された方のミットは持てない場合<br>がございます |   |
| 20 | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥♥  | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥    | ボクシング<br>(初心者)<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥              | キックボクシング(初心者)<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥                    | キックボクシング(ダイエット)<br>【無料体験】<br>劉 官保<br>難易度★ 強度♥♥       |  |   |
| 21 | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>永井 辰<br>難易度★ 強度♥         | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度♥♥          | ボクシング(初心者)<br>【無料体験】<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度♥        | キックボクシング<br>(ダイエット)<br>斧田 航<br>難易度★ 強度♥              | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>劉 官保<br>難易度★ 強度♥♥       |  |   |
| 22 | キックボクシング<br>(自主練習&ミットR)<br>永井 辰<br>難易度★ 強度~♥♥♥  | キックボクシング<br>(自主練習&ミットR)<br>田村 健悟<br>難易度★ 強度~♥♥♥    | ボクシング<br>(自主練習&ミットR)<br>矢代 明博<br>難易度★ 強度~♥♥♥     | キックボクシング<br>(自主練習&ミットR)<br>斧田 航<br>難易度★ 強度~♥♥♥       | キックボクシング<br>(自主練習&ミットR)<br>劉 官保<br>難易度★ 強度~♥♥♥       |  |   |
| 23 | 22:45class ends 23:00 close                     |  |  |  |  |  |   |

# ファイトフィット新宿 インストラクター紹介

店舗代表 田村 健悟

1994年2月20日(30)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
水曜17:00~23:00、金曜14:00~18:00  
土曜16:00~18:00、日曜9:00~18:00  
格闘技歴:キックボクシング2年  
戦績:4戦3勝1敗 タイトル/ランキング:なし  
一言:きつてしっかり追い込みたい方、店舗美化No.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



永井 辰

2001年3月3日(23)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
月曜18:00~23:00、水曜7:00~18:00、土曜9:00~11:00  
格闘技歴:キックボクシング7年  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:格闘技で日本を健康に! 美顔No.1



矢代 明博

1994年6月23日(30)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間  
月曜7:00~18:00、水曜14:00~23:00  
格闘技歴:ボクシング15年  
戦績:プロ2勝5敗2分 タイトル/ランキング:なし  
一言:ボクシングを皆様に楽しませよう、ミットNo.1



吉越 博司

1998年11月10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  
格闘技歴:ボクシング6年 総合格闘技1年  
戦績:不明 タイトル/ランキング:不明  
一言:怪我に気を付けてレッスンします! 総合格闘技No.1



冨田 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7:00~15:00、水曜18:00~23:00  
格闘技歴:ムエタイ2年  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:キックボクシングで健康な身体作りを、楽しさNo.1



小澤 誠人

2001年7月17日(22)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
金曜7:00~9:00  
格闘技歴:キックボクシング2年  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:ご来店お待ちしております! 元氣No.1



市川 裕隆

1967年1月11日(57)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
土曜12:00~16:00  
格闘技歴:6年  
戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
一言:楽しく格闘技しましょう! 丁寧No.1



劉官保

1991年11月5日(32)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間  
金曜19:00~23:00  
格闘技歴:キックボクシング/総合格闘技/柔術  
戦績:アマチュアキックボクシング1勝MMA6戦4勝2敗 タイトル/ランキング:なし  
一言:ご来店お待ちしております! 有酸素No.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



高崎 芳明

1992年9月22日(31)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:水曜10:00~12:00  
戦績:なし 感心No.1  
一言:気になることは何でも聞いてください!