



★ファイトフィット新橋 9月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00(水22:00) 土曜 12:00~17:00 日曜 12:00~17:00(年中無休)

【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 (モーニング) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼	※祝日、お盆営業は18時まで 9月の祝日営業は9月16日、9月23日月曜日です。		7	
8	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼			8	
9	キックボクシング 「無料体験限定」 鳴海 秀哉 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼	ボクシング (有酸素) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 鳴海 秀哉 難易度★強度▼			9	
10	キックボクシング (ダイエット) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼			無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	10
11	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 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 (ダイエット) 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 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)	キックボクシング (初心者) 芹澤 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)	キックボクシング 「無料体験限定」 竹島 徳秀 難易度★強度▼	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度▼		12
13	ボクシング (初心者) 出田 裕一 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 芹澤 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 原田 聖也 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 (コンビネーションミット) 竹島 徳秀 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度▼	13	
14	ボクシング (ダイエット) 出田 裕一 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 芹澤 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 原田 聖也 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 竹島 徳秀 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 杉山 功一 難易度★強度▼	14	
15	ボクシング 「無料体験限定」 出田 裕一 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 芹澤 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 原田 聖也 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 竹島 徳秀 難易度★強度▼	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度▼	15	
16	ボクシング (コンビネーションミット) 出田 裕一 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 芹澤 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 竹島 徳秀 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 杉山 功一	16	
17	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」 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 芹澤 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 原田 聖也 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	16:45classends 17:00close		17	
18	キックボクシング 「無料体験限定」 土居 海 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 佐々木 康博 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 (初心者) 西片 慶 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 杉山 功一 難易度★強度▼	※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たない場合がございます。		18	
19	キックボクシング (ダイエット) 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 西片 慶 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 杉山 功一 難易度★強度▼	※無料体験(初回体験者限定)クラスは、 一般のクラスは実施していませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。		19	
20	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 西片 慶 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★強度▼	※ファイトフィット店では、マスパーリングを 含むスパーリングは禁止です。 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。		20	
21	キックボクシング 「無料体験限定」 土居 海 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 和田 拓也 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 西片 慶 難易度★強度▼	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度▼			21	
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 土居 海 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 佐々木 康博 難易度★強度▼	21:45class ends 22:00 close	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 西片 慶 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 杉山 功一 難易度★強度▼			22	
23	22:45class ends 23:00 close							23	

ファイトフィット新橋 インストラクター紹介

店舗代表 佐々木 康博



1983年12月13日(40)
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、日曜12:00~18:00
格闘技歴: ボクシング歴15年、柔術6年
一言: 格闘技で健康に! 格闘技への情熱No.1

店舗SNS



鳴海 秀哉

1994年9月19日(29)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 月曜16:00~17:00、火曜7:00~17:00
水曜7:00~17:00
格闘技歴: 10年
一言: 格闘技で健康に! おしゃべりNo.1



杉山 功一

1978年9月25日(45)
指導クラス: ボクシング
指導時間: 火曜19:00~23:00、金曜15:00~23:00
日曜12:00~17:00
格闘技歴: ボクシング20年
・タイム/ムム、等日本人生家優勝など
一言: 格闘技で健康に! 幸せNo.1



西片 慶

1987年3月9日(37)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 水曜19:00~23:00
格闘技歴: キックボクシング20年
一言: 格闘技やダイエットのなぜ?にお答えいたします
分かりやすさNo.1

COMING SOON

竹島 徳秀

2004年8月4日(19)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 日曜12:00~17:00
格闘技歴: キックボクシング、柔道、古武術
一言: 格闘技で健康に! 知識No.1

COMING SOON

COMING SOON



土居 海

1986年7月24日(37)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 月曜16:00~23:00
格闘技歴: キックボクシング16年
一言: 格闘技で健康に! 身体の特徴の多さNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net

芹澤

指導クラス: キックボクシング
初心者の方にも丁寧に楽しんでもらえる様指導します。
よろしくお願いたします! おしゃべりNo.1
指導時間 水曜 12時~18時



原田 聖也

2001年06月30日(22)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 水曜12:00~18:00
格闘技歴: 4年
一言: 楽しく格闘技しましょう! 楽しさNo.1

出田 裕一

1984年10月7日(39)
指導クラス: ボクシング
指導時間: 月曜18:00~17:00
格闘技歴: ボクシング10年以上
一言: 格闘技で健康に! 達成感のあるレッスンNo.1



和田 拓也

1992年06月30日(32)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 水曜18:00~23:00
格闘技歴: 24年
一言: 楽しく格闘技しましょう! ミットNo.1



石戸谷 隆幸

1976年7月22日(47)
指導クラス: キックボクシング、フィジカル
指導時間: 火曜18:00~12:00
格闘技歴: 25年 格闘空手 式院
一言: 格闘技で健康に! 実戦No.1