



★ファイトフィット高田馬場駅前 10月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 or 23:00 土曜12:00~18:00 日曜12:00~18:00(年中無休) 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

	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) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング(モーニング) 伊藤 力也 難易度★強度▼	ボクシング(モーニング) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング(モーニング) 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング(モーニング) 伊藤 力也 難易度★強度▼			7
8	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミット	ボクシング(コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミット	※祝日は18時までの営業となります。 10月14日祝日		8
9	キックボクシング(ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼♥	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼♥	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼♥	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼♥			9
10	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミット	ボクシング「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミット	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(コンビネーションミット) 安田 高久 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(テクニック) 瀬下 鉄弥 難易度★★強度▼♥	キックボクシング(中級テクニック) 安田 高久 難易度★★強度▼♥	キックボクシング(中級テクニック) 伊藤 力也 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)	ボクシング「無料体験限定」 塚原 健二 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)	フリートレーニング(インストラクター不在)	ボクシング(初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥	キックボクシング(初心者) 安田 高久 難易度★強度▼	12
13	ボクシング(初心者) 「無料体験」 塚原 健二 難易度★強度▼ミット	ボクシング(初心者) 「無料体験」 塚原 健二 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 力也 難易度★強度▼ミット	ボクシング(有酸素) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★強度▼	13
14	ボクシング(ダイエット) 塚原 健二 難易度★強度▼♥	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 伊藤 力也 難易度★★強度▼	キックボクシング(コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★★強度▼	キックボクシング(コンビネーションミット) 伊藤 力也 難易度★★強度▼	フィジカルトレーニング(初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥	キックボクシング「無料体験限定」 安田 高久 難易度★強度▼	14
15	ボクシング「無料体験限定」 塚原 健二 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」 伊藤 力也 難易度★強度▼	キックボクシング「無料体験限定」 安田 高久 難易度★強度▼	キックボクシング「無料体験限定」 伊藤 力也 難易度★強度▼	ボクシング「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 安田 高久 難易度★強度▼	15
16	ボクシング(ダイエット) 塚原 健二 難易度★強度▼♥	キックボクシング「無料体験限定」 平丸 勝基 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼♥	キックボクシング(ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼♥	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度▼♥	ボクシング(コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 安田 高久 難易度★強度▼	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(コンビネーションミット) 平丸 勝基 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)	フリートレーニング(インストラクター不在)	ボクシング(ダイエット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥	キックボクシング(ダイエット) 安田 高久 難易度★強度▼♥	17
18	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 平丸 勝基 難易度★強度▼ミット	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット	ノーギ柔術(テクニック) 児玉 晃一 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 平丸 勝基 難易度★強度▼ミット	17:45class end 18:00close		18
19	フィジカルトレーニング(初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 平丸 勝基 難易度★★強度▼	ボクシング(ダイエット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 児玉 晃一 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(ダイエット) 平丸 勝基 難易度★強度▼♥	*ファイトフィットはマスパ、スパリング等禁止となっております。 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。		19
20	ボクシング(コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 平丸 勝基 難易度★強度▼ミット	ボクシング(コンビネーションミット) 瀬下 鉄弥 難易度★★強度▼	キックボクシング(コンビネーションミット) 児玉 晃一 難易度★★強度▼	キックボクシング(コンビネーションミット) 平丸 勝基 難易度★強度▼	*インストラクターの都合により、時間割と担当者が変更される場合があります。 sns等で告知しますので、難慮の上ご来店ください。		20
21	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼ミット	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 難易度★強度▼	ボクシング「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★強度▼	ブラジリアン柔術(テクニック) 児玉 晃一 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 平丸 勝基 難易度★強度▼♥	*初心者クラスでも会員さん同士のミットの持ち合いを行うことがあります。 入会後まもない方は初心者クラスに参加し、基本、基礎を学んでください。		21
22	ボクシング(自主練習&ミットR) 難易度★強度▼	21:45 class end 22:00 close		ブラジリアン柔術(テクニック) 児玉 晃一 難易度★強度▼	キックボクシング(自主練習&ミットR) 平丸 勝基 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1R持ちます。 *参加人数4人以上の場合はミットは持ち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。		22
23	22:45 class end 23:00 close			22:45 class end 23:00 close				23

ファイトフィット高田馬場駅前 インストラクター紹介

店舗代表 瀬下 鉄弥

1993年2月20日(31)
 指導クラス:ボクシング
 指導時間:月曜日18時~22時、水曜日18時~22時、金曜日19時~23時
 格闘技歴:ボクシング3年
 一言:基本的な動きなど得意としておりますが
 ゲーム感覚で楽しく
 レッスンする事を心がけております。
お掃除美化 NO.1



店舗SNS

X facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



塚原 健二
 1983年12月8日(40)
 指導クラス:ボクシング
 指導時間:月曜日13時~17時、火曜日12時~15時
 格闘技歴:プロボクシング7年
 一言:格闘技で日本を健康に!
スマイルNO.1



平丸 勝基
 1976年7月12日
 指導クラス:ボクシング、キック、レスリング
 指導時間:火曜日16時~22時
 格闘技歴:30年
 一言:武斗者同士、目指す格闘ババ
 考えるな! 感じる! 美しい格闘技
目から鱗のレッスンNO.1



児玉 晃一
 1978年9月27日(45)
 指導クラス:キックボクシング、柔術
 指導時間:木曜日17時~23時
 格闘技歴:柔術24年黒帯、総合18年
 格闘技の売わず 買いすぎなぞう!
指導クラスの黒帯NO.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



伊藤 力也
 1999年10月29日(24)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:火曜日7時~11時、水曜日13時~17時
 金曜日12時~16時
 格闘技歴:フルコン空手、キックボクシング
 一言:キックボクシングと一緒に汗を流しましょう!
イケメンNO.1



安田 高久
 1975年1月14日(49)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:月曜日7時~12時、木曜日7時~16時
 土曜日12時~16時
 格闘技歴:剣道20年、キックボクシング4年
 総合格闘技2年
 一言:格闘技で心身ともに磨き
 面白おかしく通る言葉かけをお手伝いします
総合格闘技NO.1