

# ★ファイトフィット渋谷宮益坂 11月時間割★



【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00(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 (モーニング) 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) yamaguchi 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 野津 良太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット1R			7
8	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 yamaguchi 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット1R			8
9	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 yamaguchi 難易度★強度♥ミット無し	脂肪燃焼有酸素 yamaguchi 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥ミット無し			9
10	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥♥ミット1R	ヒップホップダンス yamaguchi 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度♥♥ミット1R	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 「無料体験限定」 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 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 (初心者) 野津 良太 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)			
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(ダイエット) 「無料体験」 芹沢 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (有酸素) 館上 一樹 難易度★強度♥ミット無し	12
13	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 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)	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット無し	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) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 芹沢 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 館上 一樹 難易度★強度♥ミット1R	13
14	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 漆館 宗太 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 芹沢 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 館上 一樹 難易度★強度♥♥ミット1R	14
15	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (コンビネーションミット) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (コンビネーションミット) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (コンビネーションミット) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 芹沢 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験限定」 館上 一樹 難易度★強度♥ミット無し	15
16	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 芹沢 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 館上 一樹 難易度★強度♥♥ミット1R	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 (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 芹沢 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 館上 一樹 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)	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)	17:45class ends 18:00close		18
19	キックボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 土井 賢 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 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」 高崎 芳明 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」 高崎 芳明 難易度★強度♥♥ミット1R	★インストラクターの都合により、時間割と変更されることがあります。 ※nsで告知しますのでご確認の上ご来店ください。  ※祝日は18時までの営業になります。 ※無料体験限定は既存会員様のレッスンはありません。 ※女性スタッフ、怪我をしているスタッフ、スタッフより体が大きい会員様のミット受けはお断りする場合がございます。		19
20	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 吉越 博司 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 土井 賢 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 近藤 敏展 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥ミット1R			
21	ボクシング (中級) 吉越 博司 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (中級) 土井 賢 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 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」 高崎 芳明 難易度★強度♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング (中級) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥ミット無し			21
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 吉越 博司 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 土井 賢 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 近藤 敏展 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 高崎 芳明 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 高崎 芳明 難易度★強度♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23

# ファイトフィット渋谷宮益坂 インストラクター紹介

店舗代表 野津 良太

ミット指導No.1  
1987年6月18日(37)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:水曜13:00~12:00  
格闘技歴:キックボクシング8年  
戦績:21戦1勝10敗1引き分け NAKFライト級1位  
キックボクシングの事なら気軽に質問してください



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



漆館 宗太

格闘技歴No.1  
1985年3月28日(38)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
月曜7:00~16:00、火曜14:00~18:00  
格闘技歴:空手総合格闘技19年2段  
初めての方でも分かりやすいレッスンをします



高崎 芳明

ファンジカルクラスNo.1  
1992年9月22日(32)  
指導クラス:キックボクシング、総合  
指導時間:木曜19:00~23:00、金曜19:00~23:00  
格闘技歴:空手  
気になることは何でも聞いてください!



近藤 敏展

創設者No.1  
11月5日  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:水曜15:00~22:00、木曜14:00~18:00  
金曜13:00~18:00  
格闘技歴:ボクシング10年以上  
部活のような指導を心がけてます!



ダニエレ・パヴェリニ

美食歴ボクシングNo.1  
1974年12月21日(49歳)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:火曜7:00~12:00、金曜7:00~11:00  
ボクシング歴:10年  
是非一緒にボクシング楽しみましょう!

Coming Soon



yamaguchi

リズムNo.1  
生年月日:非公  
指導クラス:ボクシング・ダンス  
指導時間:水曜7:00~11:00  
格闘技歴:非公  
是非クラスに来てください。

Coming Soon



館上 一樹

格闘No.1  
2001年9月7日(23)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:日曜12:00~18:00  
格闘技歴:キックボクシング  
みんなが参加できるクラスにします。



土井 賢

サンボ道No.1  
1987年8月26日(37歳)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:火曜19:00~23:00  
格闘技歴:7年  
戦績:5戦3勝1敗1分け  
一言、一緒に楽しく格闘技しましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net