



★ファイトフィット目黒白金 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) 斧田 航 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (モーニング) GEENIE 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) Ryo 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 秋山 泰幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) Ryo 難易度★強度♥♥ミット1R	※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てませんのでご了承下さい。 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。		7
8	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEENIE 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】 Ryo 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング(初心者) 【無料体験】 秋山 泰幸 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】 Ryo 難易度★強度♥ミット無し			8
9	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (ダイエット) GEENIE 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 Ryo 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング(初心者) 【無料体験】 秋山 泰幸 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) Ryo 難易度★強度♥♥ミット1R			9
10	キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEENIE 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) Ryo 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 秋山 泰幸 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】 Ryo 難易度★強度♥ミット無し	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) 斧田 航 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (初心者) GEENIE 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) Ryo 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)	キックボクシング (初心者) Ryo 難易度★強度♥ミット無し			11
12:00open 12:10start								12
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)	ボクシング (ダイエット) GEENIE 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 伊藤 力也 難易度★強度♥ミット無し	12
13	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) 【無料体験】 秋山 泰幸 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 土屋 諒 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 市川 裕隆 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) Ryo 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEENIE 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度♥♥ミット1R	13
14	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) 【無料体験】 秋山 泰幸 難易度★強度♥ミット無し	フックス (初心者) 土屋 諒 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】 市川 裕隆 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】 Ryo 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (ダイエット) GEENIE 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 伊藤 力也 難易度★強度♥ミット無し	14
15	ボクシング(初心者) 【無料体験】 秋山 泰幸 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (ダイエット) 秋山 泰幸 難易度★ 強度♥♥ミット無し	ボクシング (有酸素) 土屋 諒 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 市川 裕隆 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) Ryo 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング 【無料体験限定】 GEENIE 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 力也 難易度★強度♥♥ミット1R	15
16	ボクシング (ダイエット) 秋山 泰幸 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)	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】 市川 裕隆 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット無し	ボクシング(初心者) 【無料体験】 GEENIE 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】 伊藤 力也 難易度★強度♥ミット無し	16
17	ボクシング (初心者) 秋山 泰幸 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)	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) 市川 裕隆 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 (自主練習&ミット2R) GEENIE 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 伊藤 力也 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	ボクシング(初心者) 【無料体験】 秋山 泰幸 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (初心者) 秋山 泰幸 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 岡山 直樹 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミット1R	※女性インストラクターの場合、男性会員様のミット受けは出来かねますのでご了承ください。 ※レディースクラスは男性の方はご参加いただけません。(フリートレーニングのみ可能) ※祝日は18時までの営業になります。 お間違いないようにご注意ください。 11/4(月)祝日7時~18時		19
20	ボクシング (ダイエット) 秋山 泰幸 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 秋山 泰幸 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】 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者キックテクニック) 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 岡山 直樹 難易度★強度♥ミット無し			20
21	ボクシング(初心者) 【無料体験】 秋山 泰幸 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (ダイエット) 秋山 泰幸 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者キックテクニック) 岡山 直樹 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】 岡山 直樹 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者キックテクニック) 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミット無し			21
22	ボクシング (自主練習&ミット2R) 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 秋山 泰幸 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 岡山直樹 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 岡山直樹 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 岡山直樹 難易度★強度♥	22		
23	22:45class ends 23:00 close						23	

ファイトフィット目黒白金 インストラクター紹介

店舗代表 秋山 泰幸

1979年10月6日(45)
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング
 指導時間:月曜15:00~23:00、
 火曜13:00~16:00 19:00~23:00、木曜7:00~11:00
 格闘技歴:27年 丁度No.1
 タイトル:OPBF東洋太平洋ミドル級チャンピオン
 一言:ボクシングやキックの魅力をお伝えします!



GEENIE

1978年10月13日(46)
 指導クラス:ボクシング
 指導時間:
 火曜7:00~12:00、土曜12:00~18:00
 格闘技歴:ボクシング14年 店舗美化No.1
 戦績:なし タイトル/ランキング:なし
 一言:一緒に楽しくボクシングしましょう!



Ryo

1984年10月13日(40)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 水曜7:00~12:00、金曜7:00~17:00
 格闘技歴:キック2年 ミットNo.1
 戦績:なし タイトル/ランキング:なし
 一言:楽しく頑張ります!



斧田 航

1983年9月9日(40)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 月曜7:00~12:00
 格闘技歴:ムエタイ3年 実績No.1
 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



伊藤 力也

1999年10月29日(25)
 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:空手20年 戦績No.1
 戦績:120戦117勝3敗 タイトル:正道会館関東大会10度優勝
 一言:キックボクシングで楽しく汗を流しましょう!

店舗SNS
 X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



岡山 直樹

1990年10月27日(34)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 水曜19:00~23:00、木曜19:00~23:00
 金曜19:00~23:00
 格闘技歴:キック10年 テクニックNo.1
 戦績:なし タイトル/ランキング:なし
 一言:まずは楽しむことから始めましょう!



土屋 諒

2001年7月21日(23)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:水曜13:00~16:00
 戦績:なし 熱心No.1
 一言:格闘技大好きなので是非、語りあいましょう!



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:
 木曜13:00~18:00
 格闘技歴:6年
 戦績:なし ベンチNo.1
 一言: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