



★ファイトフィット大門浜松町 1月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00(月曜7:00~22:00) 土曜 13:00~18:00 日曜 13:00~18:00(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 (初心者) 石戸 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) TOMO 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (モーニング) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット1R	※平日は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。 ※新年ボクシングクラス、フレックスのクラス中は、 カンパイトクニックなど、大きな音の出るトレーニングは 禁止となります。ご了承ください。 ※年末年始は短縮営業となります。 ・12月31日(火)・1月1日(水) ・12:00~15:00 1月1日(水)のみ、 ・1月3日(金)⇒7:00~18:00	7	
8	キックボクシング (ダイエット) 石戸 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) TOMO 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット1R		8	
9	キックボクシング (初心者) 石戸 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	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♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 TOMO 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験限定」 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (有酸素) 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット無し		9	
10	キックボクシング 「無料体験限定」 石戸 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) TOMO 難易度★強度♥ミット無し	ノーギ柔術 (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験限定」 佐々木 康博 難易度★強度♥ミット1R	10		
11	キックボクシング (初心者) 石戸 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 TOMO 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 鳴海 秀哉 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)	13:00open 13:10start	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)	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)		12	
13	キックボクシング (初心者) 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 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 (コンビネーションミット) 斧田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 池端 孝夫 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度♥ミット1R	13
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 石戸 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 原田 聖也 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 (コンビネーションミット) TOMO 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 池端 孝夫 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 原田 聖也 難易度★強度♥ミット1R	14
15	キックボクシング (初心者) 石戸 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 TOMO 難易度★強度♥ミット無し	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	キックボクシング (コンビネーションミット) 池端 孝夫 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 原田 聖也 難易度★強度♥ミット1R	15
16	キックボクシング 「無料体験限定」 石戸 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 原田 聖也 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度♥ミット1R	相撲エクササイズ (初心者) TOMO 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初級テクニック) 池端 孝夫 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 原田 聖也 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 (初心者) 原田 聖也 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 「無料体験限定」 TOMO 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験限定」 斧田 航 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミット)	キックボクシング (自主練習&ミット)	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)	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 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)	17:45class ends 18:00close ※無料体験者限定クラスは、 一般のクラスは実施しておりませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。		18
19	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♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 原田 聖也 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 杉本 博文 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 杉本 博文 難易度★強度♥ミット1R	※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。 ※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1回持ちます。 ※参加人数4人以上の場合はミットは持てませんのでご 注意下さい。 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。		19
20	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) 「無料体験」 原田 聖也 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 杉本 博文 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 杉本 博文 難易度★強度♥ミット1R			20
21	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♥ミット1R	キックボクシング (自主練習&ミット)	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 杉本 博文 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 杉本 博文 難易度★強度♥ミット1R			21
22	キックボクシング (自主練習&ミット)	21:45class ends 22:00 close	ボクシング (自主練習&ミット)	キックボクシング (自主練習&ミット)	キックボクシング (自主練習&ミット)			22
23	22:45class ends		23:00 close					23

ファイトフィット大門浜松町 インストラクター紹介

店舗代表 佐々木康博

1988年12月13日(40)
指導クラス:キックボクシング・ボクシング
指導時間:
月曜19:00~23:00 水曜 20:00~22:00 日曜13:00~18:00
格闘技歴:ボクシング、柔術、柔道、キックボクシング
高:格闘技で幸せに!

格闘技マニアNO.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



池端孝夫

指導クラス:キックボクシング
指導時間:土曜日13時~18時
格闘技歴:空手10年 キックボクシング4年
一言:自信のない方、女性、初心者、大歓迎
褒めて褒めまくって、楽しく幸せにします!

安心感No.1



TOMO

指導クラス:ボクシング・キックボクシング・ストレッチ
指導時間:
本番7:00~12:00
タイトル:ウエイトリフティング2018東京大会優勝2019
ポニービル全日本大会優勝
一言:ご来店お待ちしております。

美脚No.1



杉山 功一

1978年9月29日(45)
指導クラス:ボクシング
指導時間:
火曜19:00~23:00、金曜19:00~23:00
日曜12:00~17:00
格闘技歴:ボクシング20年
・タイトル:実日本新人王準優勝など
一言:当店で健康に!

美脚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:火曜日7時~12時
格闘技歴:空手、キックボクシング4年
成績:黒1勝
一言:格闘技で心も体ともに磨き
面白く楽しく過ごすきっかけをお手伝いします

格闘技マニアNo.1



鳴海 秀哉

1994年9月10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17:00~17:00
水曜17:00~17:00
格闘技歴:10年
一言:格闘技で健康に!

格闘技の指導No.1



杉本 博文

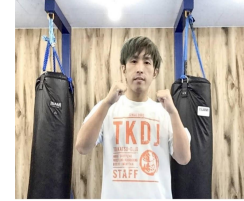
1979年9月21日(44)
指導クラス:ボクシング・キックボクシング
指導時間:
月曜18:00~23:00
格闘技歴:相撲、空手、空道等30年
成績:大連実業(体力別全日本出場2回)
タイトル:ウエイトリフティング大会優勝2回二回二級二級
一言:格闘技で健康に!

一級にトレーニングして美脚No.1



原田 聖也

2001年11月3日(22)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
火曜日13時~22時 日曜13:00~18:00
格闘技歴:4年
一言:楽しく格闘技しましょう! 美しきNo.1



芹田 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7:00~10:00、水曜18:00~23:00
格闘技歴:ムエタイ2年
成績:なし、キックボクシングなし
一言:キックボクシングで健康な身体作りを

美脚No.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net