



★ファイトフィット渋谷宮益坂 1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	
	7:00open 7:10start							
7	キックボクシング (モーニング) 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (モーニング) ダニエル 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) 【無料体験】 野津 良太 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (モーニング) ダニエル ベヴェリニ 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ください。 また、道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。 ※フレックスクラスは音楽に合わせてのストレッチクラスのため自主練習、サンドバッグ禁止になります。		7
8	キックボクシング (初心者) 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (初心者) ダニエル 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 (初心者) 野津 良太 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (初心者) ダニエル ベヴェリニ 難易度★強度▼ミット1R			8
9	キックボクシング 【無料体験限定】 野津 良太 難易度★強度▼ミット無し	ボクシング 【無料体験限定】 ダニエル ベヴェリニ 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 【無料体験限定】 野津 良太 難易度★強度▼ミット無し	ボクシング 【無料体験限定】 ダニエル 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) 【無料体験】 野津 良太 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (ダイエット) ダニエル 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) ダニエル 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(初心者) (初心者) 野津 良太 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (初心者) ダニエル 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) 【無料体験】 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)			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)	キックボクシング (ダイエット) 丹沢 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	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 【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(初心者) 【無料体験】 丹沢 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】 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) 【無料体験】 野津 良太 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 (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) 【無料体験】 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) 丹沢 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	14
15	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) 野津 良太 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 丹沢 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) 【無料体験】 野津 良太 難易度★強度▼ミット1R	超初心者キックボクシング 5回未満来店限定 野津 良太 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	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	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) 丹沢 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	キックボクシング 【無料体験限定】 野津 良太 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 (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)	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) 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) 【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で告知しますので店舗のご来店ください。 ※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登録のレッスンはありません。 ※超初心者キックボクシングクラスは来店数が5回未満の方の限定クラスです。 ※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。 ※1/2(木)は休館となりますので宇田川店をご利用下さい。 ※1/3(金)は7時~18時までの年末営業です。 ※1/4(土)以降は通常営業となります。 ※1/13(月)は7時~18時までの祝日営業です。		19
20	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	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 (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) 高崎 芳明 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			20
21	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 野津 良太 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】 野津 良太 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) 難易度★強度▼	キックボクシング (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) 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 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

ネット指導No.1
1987年6月18日(17)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:月曜7:00~23:00、火曜19:00~23:00
木曜19:00~23:00
格闘技歴:キックボクシング8年
戦績:21戦1勝10敗1引分け10敗
キックボクシングの事なる事柄に精通してござい



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



Coming Soon



芹沢

キック指導No.1
生年月日:非公開
指導クラス:キックボクシング
指導時間:土曜12:00~18:00
格闘技歴:非公開
美しいクラスを心がけております。

高崎 芳明

ファンカルクラス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

美食師ボクシング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

リズマンNo.1
生年月日:非公開
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:非公開
是非クラスに来てください。

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。

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net