



★ファイトフィット新宿東口駅前 1月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(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
	7:00open 7:10start						
7	キックボクシング (モーニング) TOMO 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) 栗原 瑠穂 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 (初心者) 野津 良太 難易度★ 強度♥ミット1R	9:00open 9:10start	
8	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	ボクシング(初心者) 「無料体験」 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」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	ボクシング(初心者) 「無料体験」 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		
9	ボクシング (初心者) TOMO 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ヒップホップ yamaguchi 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者) (ダイエット) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) (ダイエット) yamaguchi 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	キックボクシング (ダイエット) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 大村 匠 難易度★ 強度♥ミット1R
10	キックボクシング (ダイエット) (有酸素) TOMO 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 「無料体験」 yamaguchi 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥	ボクシング (ダイエット) 「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) 「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 「無料体験」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験」 大村 匠 難易度★ 強度♥
11	ボクシング (初心者) (コンビネーションミット) TOMO 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ボクシング (初心者) yamaguchi 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	ヒップホップ yamaguchi 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験」 野津 良太 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 大村 匠 難易度★ 強度♥ミット無し
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)	ヒップホップ yamaguchi 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)	フリートレーニング (インストラクター不在)
13	ボクシング (初心者) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) (有酸素) 館上 一樹 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 栗原 瑠穂 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 「無料体験」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験」 大村 匠 難易度★ 強度♥
14	キックボクシング (初心者) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) (有酸素) 館上 一樹 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (超初心者) 「来店6回未満者限定」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 大村 匠 難易度★ 強度♥ミット1R
15	キックボクシング (ダイエット) (有酸素) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 館上 一樹 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング(超初心者) 「来店6回未満者限定」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) (有酸素) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験」 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 大村 匠 難易度★ 強度♥♥ミット無し
16	キックボクシング (初心者) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験」 館上 一樹 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 (コンビネーションミット) 平丸 勝基 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) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 大村 匠 難易度★ 強度♥ミット無し
17	キックボクシング (超初心者) 「来店6回未満者限定」 平丸 勝基 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 「無料体験」 田村 健悟 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 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 (自主練習&ミット2R) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥~♥♥♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 大村 匠 難易度★ 強度♥~♥♥♥
18	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) 館上 一樹 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 田村 健悟 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 (コンビネーションミット) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥♥ミット無し	17:45class ends 18:00close	
19	キックボクシング (コンビネーションミット) 杉本 博文 難易度★ 強度♥ミット無し	ボクシング (有酸素) 館上 一樹 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) (有酸素) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) (有酸素) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット1R	インストラクター スクール	
20	キックボクシング (ダイエット) (有酸素) 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) 館上 一樹 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット1R		
21	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 杉本 博文 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 館上 一樹 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット無し	※祝日、短縮営業の営業時間のお知らせ 1/1 12:00~15:00 1/2閉館 1/3 7:00~18:00 12時~15時 1/13 7:00~18:00 *超初心者クラスのご参加は入会回未満の方限定です	
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 杉本 博文 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) 田村 健悟 難易度★ 強度♥~♥♥♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥~♥♥♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥~♥♥♥	※ミット1Rのクラスは、参加人数以下の場合のみミット2R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	
23	22:45class ends 23:00 close						

ファイトフィット新宿東口駅前 インストラクター紹介

店舗代表 田村 健悟

1994年2月20日(30)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 水曜17:00~23:00
 格闘技歴:キックボクシング2年
 戦績:4戦3勝1敗 タイトル/ランキング:なし
 一言:きつくてしっかり追い込みたい方、店舗美化No.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



平丸 勝基

1978年7月12日(46)
 指導クラス:ボクシング、キック、総合、キッズレスリング
 指導時間:
 月曜13:00~18:00、水曜14:00~23:00
 格闘技歴:30年
 2000年プロボクシング4戦3勝1敗
 元OFB日本王者 元トリエキュートMMA65kg王者
 一言:素人指導を前提とするので1対4
 考えろ!感じろ! 楽しい格闘技No.1



館上 一樹

2001年9月7日(22)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 火曜13:00~23:00
 格闘技歴:キックボクシング2年
 戦績:なし タイトル/ランキング:なし
 一言:こま店お待ちしております! 有酸素No.1

Coming Soon



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:
 日曜9:00~18:00
 月曜7:00~12:00
 戦績/タイトル:ウエイティング2019年東京大会優勝2019
 ボディービル全日本大会準優勝
 一言:こま店お待ちしております。フィジカルNo.1



栗原 瑠穂

2005年1月20日(19)
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング
 指導時間:
 水曜7:00~18:00、土曜9:00~18:00
 格闘技歴:キックボクシング1年
 戦績:4戦2勝2敗 タイトル/ランキング:なし
 一言:格闘技で健康に! 面白さ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19:00~23:00
 格闘技歴:相撲、空手、空道等30年
 指導時間:全曜7:00~12:00
 タイトル/ランキング:大連空道空道地方大会優勝二回二勝二敗
 一言:格闘技で健康に! 元気No.1

Coming Soon

yamaguchi

指導クラス:ボクシング、ダンス
 指導時間:
 火曜7:00~12:00、木曜7:00~13:00
 格闘技歴:ボクシング4年、ダンス3年
 戦績:なし、タイトル/ランキング:なし
 一言:格闘技で健康に! ダンスNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



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:全曜7:00~12:00
 格闘技歴:キックボクシング2年
 戦績:21戦11勝10敗 ランキング:JKF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