



# ★ファイトフィット秋葉原 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) 祝日は18時までとなります。

【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) 【無料体験】 谷川 健志 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】 若林 龍翔 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】 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(モーニング) 【無料体験】 鈴木 優志 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) イゴリ 難易度★強度♥♥ミット1R	<b>年末年始営業</b> 12/31(火)12:00~15:00 1/1(水)休館 1/2(木)12:00~15:00 1/3(金)7:00~18:00 1/4(土)通常営業 13日祝日営業 18時クローズ	
8	キックボクシング(初心者) 谷川 健志 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 若林 龍翔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 安田 高久 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 鈴木 優志 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) イゴリ 難易度★強度♥ミット1R		
9	キックボクシング 【無料体験限定】 谷川 健志 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 若林 龍翔 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 安田 高久 難易度★強度♥	ボクシング 【無料体験限定】 鈴木 優志 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) イゴリ 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット無	
10	フィジカルトレーニング(初心者) 谷川 健志 難易度★強度♥♥ミット無	フレックスクラス 自主練、サンドバック禁止 若林 龍翔 難易度★強度♥ミット無	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	ボクシング(コンビネーションミット) 鈴木 優志 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) イゴリ 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥ミット無	
11	ウエイトトレーニング(初心者) 谷川 健志 難易度★強度♥♥ミット無	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】 安田 高久 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 鈴木 優志 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) イゴリ 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 栗林 克寛 難易度★強度♥	
12	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) 谷川 健志 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)	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	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 若林 龍翔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 谷川 健志 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	ボクシング(初心者) 【無料体験】 鈴木 優志 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) 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット無	
14	キックボクシング(コンビネーションミット) 若林 龍翔 難易度★強度♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング(初心者) 谷川 健志 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング(コンビネーションミット) 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 鈴木 優志 難易度★強度♥♥ミット1R	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) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥♥ミット無	
15	キックボクシング 【無料体験限定】 若林 龍翔 難易度★強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 谷川 健志 難易度★強度♥	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 【無料体験限定】 鈴木 優志 難易度★強度♥	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) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥♥ミット無	
16	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 若林 龍翔 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】 谷川 健志 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 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(ダイエット) 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) 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット無	
17	フリートレーニング(インストラクター不在)	ウエイトトレーニング(初心者) 谷川 健志 難易度★強度♥♥ミット無	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】 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット無	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) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥♥	
18	ムエタイ(初心者) 【無料体験】 松本 純 難易度★強度♥♥ミット無	ストレッチ まゆ 難易度★強度♥ミット無	フリートレーニング(インストラクター不在)	テコンドー(初心者) 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット無	フィジカルトレーニング(初心者) 難易度★強度♥♥ミット無	17:45class ends 18:00close	
19	キックボクシング(ダイエット) 松本 純 難易度★強度♥♥ミット無	有酸素キックボクシング まゆ 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 若林 龍翔 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング(コンビネーションミット) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング(ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット無	<b>※ファイトフィットはマスパバー、スパーリング等禁止となっております。対人練習を行う場合は、必ずインストラクターの管理のもと行ってください。</b>  <b>※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。SNSで告知しますので確認の上ご来店ください。</b>  <b>※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、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。</b>	
20	ムエタイ(初心者) 松本 純 難易度★強度♥♥ミット無	フィジカルトレーニング(中級者) 谷川 健志 難易度★強度♥♥♥ミット無	有酸素キックボクシング 若林 龍翔 難易度★強度♥♥ミット無	テコンドー(ダイエット) 栗林 克寛 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング(初心者) 難易度★強度♥ミット無		
21	ムエタイ(ダイエット) 【無料体験】 松本 純 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング(コンビネーションミット) 谷川 健志 難易度★強度♥♥ミット無	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 若林 龍翔 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 栗林 克寛 難易度★強度♥ミット無	キックボクシング(ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット無		
22	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 松本 純 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) 若林 龍翔 難易度★強度♥	キックボクシング(自主練習&ミット2R) 栗林 克寛 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♥		
23	22:45class ends 23:00 close						

# ファイトフィット秋葉原 インストラクター紹介

店舗代表 谷川 健志

1997年7月5日(26)  
 指導クラス:空手、フィジカル、キックボクシング  
 指導時間:  
 月曜7:00~12:00、火曜12:00~18:00、20:00~22:00  
 格闘技歴:空手20年、キックボクシング2年、総合格闘技1年  
 戦績:MV1回、優勝1回、準優勝2回、3位1回(空手)  
 一言:楽しくが1番大事! 元気No.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



松本 純

1976年8月13日(48)  
 指導クラス:ムエタイ、キックボクシング  
 指導時間:  
 月曜18:00~23:00  
 格闘技歴:30年  
 戦績:38戦8勝(KO)23敗7分NJKFウェルター級3位  
 一言:初心者大歓迎です!  
 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:  
 水曜7:00~12:00  
 格闘技歴:剣道20年以上、キックボクシング5年  
 戦績:アマチュアキック1戦1勝  
 一言:心身共に好き、健康的かつ楽しくレッスンします!  
 健康No.1



若林 龍翔

2003年10月9日(21)  
 指導クラス:キックボクシング  
 指導時間:  
 月曜13:00~17:00、火曜7:00~11:00  
 水曜19:00~23:00  
 格闘技歴:空手11年、キックボクシング2年  
 一言:楽しくレッスンをします! 気持ちよく汗を流しましょう!  
 動物愛No.1



栗林 克寛

1988年7月13日(36)  
 指導クラス:テコンドー、キックボクシング  
 指導時間:  
 木曜17:00~23:00、日曜9:00~18:00  
 格闘技歴:20年  
 一言:楽しく格闘技を身に付けてもらえたら幸いです!  
 柔軟体操No.1



まゆ

1969年10月17日(55)  
 指導クラス:有酸素キックボクシング  
 指導時間:  
 火曜18:00~20:00  
 格闘技歴:有酸素キックボクシング4年  
 一言:初心者でも楽しくがモットーです!  
 英会No.1



鈴木 優志

1997年8月2日(26)  
 指導クラス:ボクシング  
 指導時間:  
 木曜7:00~16:00  
 格闘技歴:ボクシング10年  
 一言:健康第一!  
 観しみやささNo.1



イゴリ

1972年5月20日(52)  
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
 指導時間:  
 金曜7:00~12:00  
 格闘技歴:ボクシング10年、ムエタイ4年  
 一言:身体を守る技術を身に覚えましょう!  
 消費カロリーNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net