



# ★ファイトフィット大門浜松町 2月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00(火曜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

7:00 OPEN 7:10 START

	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) 石戸谷 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			7
8	キックボクシング (ダイエット) 石戸谷 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) 石戸谷 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】 石戸谷 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) 石戸谷 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)			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) 【無料体験】 石戸谷 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】 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)	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) 石戸谷 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】 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	13
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 石戸谷 隆幸 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)	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 (ダイエット) 石戸谷 隆幸 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 (初心者) 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) 石戸谷 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 【無料体験限定】 石戸谷 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) 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	15
16	キックボクシング 【無料体験限定】 石戸谷 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) 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初級予クニク) 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 (自主練習&ミットR) 石戸谷 隆幸 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 池端 孝夫 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 原田 聖也 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)	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) 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、マンスバーリングを 含むバ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1R持ちます。 参加人数4人以上の場合はミットは持たせませんのでご さ下さい。		19
20	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	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(初心者) 【無料体験】 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	また、途中から参加された方のミットは持たない場合がご ざいます。		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R) 原田 聖也 難易度★強度♥	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R) 佐々木 康博 難易度★強度♥	21:45class ends 22:00 close	ボクシング (自主練習&ミットR) 杉山 功一 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 杉本 博文 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 杉本 博文 難易度★強度♥			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



1983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18:00~21:00 金曜17:00~21:00  
格闘技歴:ボクシング、柔術、柔道、キックボクシング  
一言:格闘技で幸せに!

格闘技マニアNO.1



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:  
水曜7:00~12:00 木曜日14:00~18:00  
タイトル:ウエイトリフティング2019年実業団大会優勝2019  
ボクシング全日本大会優勝  
一言:ご来店お待ちしております。

実働NO.1



杉山 功一

1978年9月25日(45)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:  
水曜19:00~23:00,  
格闘技歴:ボクシング20年  
・タイトル・夏日本新人王獲得など  
一言:格闘技で健康に!

実働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:柔道20年、キックボクシング4年  
資格:1級1種  
一言:格闘技で心身ともに磨き  
面白おかしく盛り上げさせていただきます

格闘第一NO.1



鳴海 秀哉

1994年8月19日(29)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
水曜日 7:00~17:00  
格闘技歴:10年  
一言:格闘技で健康に!

格闘技の備前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:  
金曜日、水曜日 18:00~23:00  
格闘技歴:相撲、空手、柔道20年  
経験:大塚空手道体方全日本出場2回  
タイトル:ワンタング 大塚空手道大会優勝二回二勝二敗  
一言:格闘技で健康に!

一龍トレーニングで鍛え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! 楽しさNo.1

楽しさNO.1



石戸谷 隆幸

1976年7月22日(47)  
指導クラス:キックボクシング、フィジカル  
指導時間:  
月曜7:00~17:00  
格闘技歴:空手、柔道、柔術、柔道  
一言:格闘技で健康に! 実働No.1

店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net