



★ファイトフィット渋谷宇田川町 2月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 土曜 9:00~15:00 日曜 9:00~15:00(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 ■その他 ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	ボクシング (モーニング) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 藤田 岳生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 菅・小澤 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 小澤 謙人 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R			7
8	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤田 岳生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅・小澤 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	9:00 open 9:10 start		8
9	ボクシング (初心者) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 藤田 岳生 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (初心者) 菅・小澤 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 梅澤 礼 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	9
10	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤田 岳生 難易度★強度♥ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) 菅・小澤 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (コンビネーションミット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	10
11	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) 藤田 岳生 難易度★強度♥ミットなし	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (有酸素) 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (自主練習&ミット2R) 菅 龍太郎 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 梅澤 礼 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	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)	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 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 (ダイエット) 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	12
13	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 梅澤 礼 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 梅澤 礼 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 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) 足立 剛 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 梅澤 礼 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 村山 玄拓 難易度★強度♥	14
15	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 足立 剛 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) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 梅澤 礼 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	14:45class ends 15:00close		15
16	キックボクシング (ダイエット) 足立 剛 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	※ファイトフィットはマスパバーは禁止です。 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。 ※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んで 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。		16
17	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(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R			17
18	キックボクシング (ダイエット) 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	フリートレーニング (インストラクター不在)	※祝日の営業時間のお知らせ 2/11(火) 7時~18時 2/24(月) 7時~18時		18
19	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし			19
20	ボクシング (有酸素) 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	20		
21	キックボクシング(初心者) 小澤 謙人	キックボクシング(初心者) 小澤 謙人	キックボクシング(初心者) 村山 玄拓	キックボクシング(初心者) 梅澤 麗	キックボクシング(初心者) 村山 玄拓	21		
	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	22		
22	21:45class ends 22:00 close						22	
23							23	

ファイトフィット渋谷宇田川町 インストラクター紹介

店舗代表 菅 龍太郎

1990年5月7日(34)
 指導クラス: ポクシング
 指導時間: 月曜7:00~11:00、水曜7:00~11:00
 金曜7:00~12:00
 格闘技歴: ポクシング18年
 戦績: 81戦82勝19敗
 一言: カッコいいフォームで練習しましょう! ポクシング指導No.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



小澤 謙人

2001年7月17日(23)
 指導クラス: キックボクシング
 指導時間: 月曜18:00~22:00、火曜18:00~22:00、
 水曜7:00~11:00、木曜7:00~12:00、
 格闘技歴: キックボクシング2年
 一言: ご来店お待ちしております! 有酸素No.1



村山 玄拓

生年月日: 非公開
 指導クラス: キックボクシング、ボクシング
 指導時間:
 火曜 13:00~17:00、水曜 12:00~22:00
 金曜 13:00~22:00、日曜9:00~15:00
 格闘技歴: ボクシング、総合格闘技
 一言: ボクシング楽しみましょう! 飯しさNo. 1



足立 剛

美顔No.1
 1977年11月11日(47)
 指導クラス: キックボクシング
 指導時間: 月曜13:00~17:00
 格闘技歴: キックボクシング4年、ムエタイ4年
 一言: 一緒に頑張ります! 1



藤田 岳生

1987/9/14(37)
 指導クラス: キックボクシング
 指導時間: 火曜7:00~12:00
 格闘技歴: 空手8年
 一言: 一緒に丁寧な動作で練習しましょう! キック指導No.1



梅澤 礼

2004年5月28日(20)
 指導クラス: キックボクシング
 指導時間: 木曜13:00~22:00、土曜9:00~15:00
 格闘技歴: 空手10年、キックボクシング7年
 戦績: 空手日本選手権優勝、キックボクシング3勝2敗
 一言: 常に全力で頑張ります! 若さNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net