



★ファイトフィット下北沢 3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(祝日は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	ボクシング (モーニング) 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 小柳 武史 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	ボクシング (モーニング) 菅 龍太郎 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たせてい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。	※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てい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。	7		
8	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 小柳 武史 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	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミットなし			8		
9	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 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	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		
10	ボクシング (ダイエット) 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (ダイエット) 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 小柳 武史 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	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度♥ミットなし			無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！	10	
11	ボクシング 【無料体験限定】 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング 【無料体験限定】 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 【無料体験限定】 菅 龍太郎 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♥				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 【無料体験限定】 高崎 芳明 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング 【無料体験限定】 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミットなし	12
13	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】 小澤 謙人 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) 菅 龍太郎 難易度★★強度♥ミットなし	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】 小澤 謙人 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	ボクシング (コンビネーションミット) 菅野 竜叶 難易度★★強度♥ミットなし	13
14	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 難易度★強度♥ミット1R	中級キックボクシング (テクニック、受け返し) 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	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) 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) 高崎 芳明 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミットなし	14
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 小柳 武史 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】 小澤 謙人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高崎 芳明 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 【無料体験限定】 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】 小澤 謙人 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) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥ミットなし	ボクシング (ダイエット) 菅野 竜叶 難易度★強度♥♥ミットなし	15
16	キックボクシング (ダイエット) 小柳 武史 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)	キックボクシング (ダイエット) 高崎 芳明 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) 小柳 武史 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 (ダイエット) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥ミットなし	ボクシング(初心者) 【無料体験】 菅野 竜叶 難易度★強度♥ミットなし	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 (コンビネーションミット) 斧田 航 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】 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) 小柳 武史 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)	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♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 菅野 竜叶 難易度★強度♥	17		
18	キックボクシング (ダイエット) 小柳 武史 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 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)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フレックスクラス (初心者) 小澤 謙人 難易度★強度♥	17:45class ends 18:00close		18		
19	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 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】 斧田 航 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】 高崎 芳明 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 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】 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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。		19		
20	ノーギ柔術 (超初心者) 小柳 武史 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 高崎 芳明 難易度★強度♥♥ミットなし	ノーギ柔術 (超初心者) 小柳 武史 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	※祝日の営業時間のお知らせ 3/20(木)7時~18時		20		
21	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 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】 斧田 航 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】 高崎 芳明 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 小柳 武史 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (有酸素) 小澤 謙人 難易度★強度♥♥ミットなし	21				
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 小柳 武史 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 斧田 航 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) 高崎 芳明 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 小柳 武史 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 小柳 武史 難易度★強度♥	22				
23	22:45class ends 23:00 close						23			

ファイトフィット下北沢 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:ボクシング
 指導時間:水曜13:00~15:00、木曜7:00~16:00
 金曜7:00~12:00
 格闘技歴:ボクシング18年
 戦績:31戦2勝19敗
 一言:カッコいいフォームで練習しましょう!ボクシング指導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:
 火曜13:00~16:00、金曜13:00~23:00
 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



菅野 竜叶

1997年1月18日(28)
 指導クラス:ボクシング
 指導時間:
 月曜7:00~12:00、火曜7:00~12:00
 日曜12:00~18:00
 格闘技歴:ボクシング7年
 一言:ボクシング楽しみましょう!ミット持ちNo.1



小柳 武史

生年月日:非公開
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 月曜14:00~23:00、水曜7時~12時
 木曜16:00~23:00
 格闘技歴:キックボクシング
 一言:ご来店お待ちしております!丁寧さNo.1



高崎 芳明

1992年9月22日(32)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 水曜16:00~23:00、土曜12:00~18:00
 格闘技歴:空手
 一言:ご来店お待ちしております!フィジカルNo.1



斧田 航

1983年8月9日(41)
 指導クラス:キックボクシング
 指導時間:
 火曜17:00~23:00
 格闘技歴:キックボクシング
 一言:ご来店お待ちしております!優しさNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net