



★ファイトフィット六本木ステーション 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 (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

	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) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (モーニング) 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (モーニング) 土居 海 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 土居 海 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (モーニング) 瀧下 鉄弥 難易度★ 強度♥ミット無	※祝日営業は18時まで 3/20(木)春分の日	7
8	フィジカルトレーニング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 土居 海 難易度★ 強度♥ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) 土居 海 難易度★ 強度♥	ボクシング (初心者) 「無料体験」 瀧下 鉄弥 難易度★ 強度♥ミット1R		8
9	キックボクシング 「無料体験限定」 和田 拓也 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) 土居 海 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 土居 海 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) 瀧下 鉄弥 難易度★ 強度♥ミット無		9
10	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング 「無料体験限定」 小松 博史 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 土居 海 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) 土居 海 難易度★ 強度♥ミット無	フィジカルトレーニング (初心者) 瀧下 鉄弥 難易度★ 強度♥♥		無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!
11	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 小松 博史 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) 土居 海 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング 「無料体験」 土居 海 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 瀧下 鉄弥 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)	12:00open 12:10start	
12		キックボクシング 「無料体験限定」 中島 由晴 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR)	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」 福垣 翔大 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング 「無料体験限定」 奔田 航 難易度★ 強度♥	
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」 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (自主練習&ミットR)	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」 中島 由晴 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) 中島 由晴 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (初心者) 奔田 航 難易度★ 強度♥ミット無
14	ボクシング (コンビネーションミット) 杉山 功一 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) 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 奔田 航 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ボクシング (初心者) 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 福垣 翔大 難易度★ 強度♥♥ミット無	ボクシング (有酸素) 中島 由晴 難易度★ 強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 奔田 航 難易度★ 強度♥
15	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 (中級テクニック) 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 奔田 航 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	フレックス(ストレッチ) 福垣 翔大 難易度★ 強度♥	キックボクシング (ダイエット) 中島 由晴 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 奔田 航 難易度★ 強度♥♥ミット無
16	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 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) 奔田 航 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 福垣 翔大 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 中島 由晴 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (初心者) 奔田 航 難易度★ 強度♥ミット無
17	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 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 「無料体験限定」 奔田 航 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♥	キックボクシング 「無料体験限定」 福垣 翔大 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 中島 由晴 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 奔田 航 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 「無料体験限定」 和田 拓也 難易度★ 強度♥	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)	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	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 奔田 航 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (初心者) 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥ミット無	※ファイトフィット店では、マンスバーリングを 含むス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 承下さい。 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。	19
20	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 和田 拓也 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」 奔田 航 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥ミット無		20
21	ボクシング (初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	フィジカルトレーニング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (初心者) 奔田 航 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥ミット無	フィジカルトレーニング (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥		21
22	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) 和田 拓也 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 奔田 航 難易度★ 強度♥	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) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥		22
23	22:45class ends 23:00 close						23

ファイトフィット六本木ステーション インストラクター紹介

店舗代表 和田拓也

1992年6月30日(32)
指導クラス:キックボクシング
指導時間
月曜7:00~12:00火曜19:00~23:00
格闘技歴:24年
キックボクシングをライフワークに! ミットNo.1



X

Facebook

Instagram

店舗SNS
TikTok

YouTube

LINE@



稲垣 翔大

2002年9月25日(22)
指導クラス:キックボクシング
指導時間
水曜13:00~17:00
格闘技歴:1年
一言:格闘技で健康に!
販売力No.1*



杉山 功一

1978年9月25日(46)
指導クラス:ボクシング
指導時間
火曜18:00~20:00
格闘技歴:ボクシング20年
*タイトル:東日本新人王準優勝など
一言:格闘技で健康に!

美脚NO.1



小松 淳史

1997年11月18日(27)
指導クラス:キックボクシング
指導時間
火曜7:00~16:00
格闘技歴:空手4年 空手の指導3年
一言:基礎からの指導丁寧に教えていきます!

年間バーンナル売り上げNo.1



石戸谷 隆幸

1976年7月22日(48)
指導クラス:キックボクシング、フィジカル
指導時間
金曜日19:00~23:00
格闘技歴:25年 種真空手 式段
一言:格闘技で健康に! 奨励No.1



土居 海

1986年7月24日(38)
指導クラス:キックボクシング
指導時間
水曜7:00~12:00 木曜7:00~12:00
格闘技歴:キックボクシング16年
一言:格闘技で健康に! 身体の特徴の多さNo.1



瀨下 鉄弥

1993年2月20日(32)
指導クラス:ボクシング
指導時間 木曜日7時~12時
格闘技歴:ボクシング13年
一言:基本的な動きなど得意としておりますが
ゲーム感覚で楽しく
レッスンを心掛けております。
お掃除美No.1



芹田 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7:00~16:00、木曜18:00~23:00
格闘技歴:ムエタイ3年
戦績:なし タイトル/ランキング:なし
一言:キックボクシングで健康な身体作りを

美脚No.1



中島 由晴

1999年5月31日(25)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
月曜19:00~17:00、18:00~23:00
木曜19:00~22:00、土曜日14時~18時
格闘技歴:6ヶ月
一言:楽しくやってみましょう!
基本に忠実度No.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net