



★ファイトフィット大門浜松町 3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	<p>※祝日は18時までの営業になります。 お間違いないようにご注意ください。</p> <p>※有難儀ボクシングクラス、中は、サンドバグやミットなど、大きな音の出るトレーニングは禁止となります。ご了承ください。 営業時間の告知は3/20は18時までとなります。 最終クラスは17:30までです。</p>	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) 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)		13:00open 13:10start	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 (初級キック) 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了承ください。 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	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	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(41)
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、柔道、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!

安心感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年実業大会優勝2019
ボクシング全日本大会準優勝
一言:ご来店お待ちしております。

実力No.1



杉山 功一

1978年8月25日(46)
指導クラス:ボクシング
指導時間:
金曜18:00~23:00
日曜12:00~17:00
格闘技歴:ボクシング20年
*タイトル:実業大会個人王者優勝など
一言:格闘技で健康に!幸せNo.1!

実力No.1



安田 高久

1979年1月14日(50)
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:空手20年、キックボクシング4年
一言:格闘技で健康に!幸せに!格闘
面白おかしく遊ばせたい!お手を合わせます

格闘第一NO.1



鳴海 秀哉

1994年9月19日(30)
指導クラス:キックボクシング
指導時間
水曜 7:00~17:00
格闘技歴:10年
一言:格闘技で健康に!

格闘技の常識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、空道30年
格闘:大塚道空道体方別全日本出場4回
タイトル:ワンパンチ大会全日本大会優勝二回二回二回
一言:格闘技で健康に!
一龍にトレーニングで感謝!NO.1

一龍にトレーニングで感謝!NO.1



原田 聖也

2001年11月3日(23)
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(48)
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:15年 格闘空手、武技
一言:格闘技で健康に!実力No.1

おもてなし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