



★ファイトフィット錦糸町 3月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00★水曜 7:00~22:00土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00 年中無休 祝日18時迄

【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) TOMO 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 鈴木 優志 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (無料体験) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (モーニング) イコリ 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (モーニング) KAZU 難易度★ 強度♥♥ミット無し	【祝日営業】 3/20 木曜日 7:00~18:00		7		
8	キックボクシング(初心者) TOMO 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ミット1R	朝ヨガ 「無料体験」 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥ミットなし	キックボクシング イコリ 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 KAZU 難易度★ 強度♥ミット1R					8
9	ボクシング (初心者) TOMO 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) 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング イコリ 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) KAZU 難易度★ 強度♥ミット無し					9
10	キックボクシング(ダイエツ) 「無料体験」 TOMO 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ボクシング(ダイエツ) 「無料体験」 鈴木 優志 難易度★ 強度♥ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者) イコリ 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 KAZU 難易度★ 強度♥ミット1R	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		10		
11	タイ式 ストレッチ TOMO 難易度★ 強度♥ミット無し	ボクシング (初心者) 鈴木 優志 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) 伊藤 義浩 「無料体験」 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2 R) イコリ 難易度★ 強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) KAZU 難易度★ 強度♥ミット無し					11
12	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング(ダイエツ) 「無料体験」 鈴木 優志 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)	有酸素キックボクシング 若林 龍翔 難易度★ 強度♥♥ミット無し	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 「無料体験限定」 Gaia 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット1R	12		
13	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 竹島 徳秀 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング (自主練習&ミット2R) 鈴木 優志 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)	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 KAZU 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) Gaia 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット無し	13		
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 竹島 徳秀 難易度★ 強度♥ミット無し	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (コンビネーションミット) TOMO 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) 竹島 徳秀 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) KAZU 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエツ) Gaia 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエツ) 水津 空良 難易度★ 強度♥♥ミット無し	14		
15	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 竹島 徳秀 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(ダイエツ) 「無料体験」 TOMO 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 竹島 徳秀 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 KAZU 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) Gaia 難易度★ 強度♥♥ミット無し	ボクシング (コンビネーションミット) 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット無し	15		
16	キックボクシング (自主練習&ミット2 R) 竹島 徳秀 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 (自主練習 & ミット2 R) TOMO 難易度★ 強度♥	キックボクシング (ダイエツ) 竹島 徳秀 難易度★ 強度♥♥ミット無し	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 (ダイエツ) Gaia 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (中級テクニック) 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット無し	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 (初心者) 水津 空良 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)	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2 R) Gaia 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 水津 空良 難易度★ 強度♥	17		
18	キックボクシング(キッズ) 「無料体験」(大人可) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(キッズ) 「無料体験」(大人可) TOMO 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(キッズ) 「無料体験」(大人可) TOMO 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(キッズ) 「無料体験」(大人可) 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット1R	17:45class ends 18:00close		18		
19	キックボクシング (ダイエツ) 伊藤 義浩 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) 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエツ) TOMO 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 take 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(ダイエツ) 「無料体験」 水津 空良 難易度★ 強度♥♥ミット無し	※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 ミットは持て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		19		
20	キックボクシング (初心者) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット1R	ラウンドガールレッスン & フィジカル take 難易度★ 強度♥ミット無し	ボクシング (初心者) take 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) 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット無し					20
21	キックボクシング(ダイエツ) 「無料体験」 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング(ダイエツ) 「無料体験」 水津 空良 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエツ) TOMO 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者) take 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 水津 空良 難易度★ 強度♥ミット無し			21		
22	キックボクシング (自主練習 & ミット2 R) 伊藤 義浩 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習 & ミット2 R) 水津 空良 難易度★ 強度♥	21:45class ends 22:00close	キックボクシング (自主練習 & ミット2 R) take 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習 & ミット2 R) 水津 空良 難易度★ 強度♥			22		
23	22:45class ends 23:00 close							23		

ファイトフィット 錦糸町 インストラクター紹介

店舗代表 平丸 勝基

指導: ボクシング MMA キック キッズレスリング
 ★目から鱗のレッスンNo.1
 2000年プロボクシングA級トーナメント優勝
 元OFB日本王者 元トリムレートMMA65kg王者
 格闘技歴: 30年
 本物の格闘技を楽しく笑顔でお届けします。



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@

ご意見ご要望はこちらまで
info@tkdj.net



リトシン・イゴリ

消費カロリーNo.1
 指導クラス: キックボクシング、ボクシング
 指導時間:
 木曜日 7:00~12:00
 格闘技歴: ナイフディフェンス5年
 ボクシング10年、ムエタイ4年、大東流柔術20年



TOMO

女性フィジカルNo. 1
 指導クラス: ボクシング・キックボクシング
 指導時間: 月曜日 7:00~12:00
 水曜日 14:00~17:00 18:00~22:00
 タイトル: ウェイトリフティング2019年東京大会優勝2011
 格闘技歴: 10年、レースクイーン、マッスルetc
 男女ともに綺麗な筋肉つけましょう



水津 空良

空手、キックボクシング人生No.1
 指導クラス: キックボクシング
 指導時間:
 火曜日 17:00~23:00、金曜日 18:00~23:00
 日曜日 12:00~18:00
 格闘技歴: 10年、レースクイーン、マッスルetc
 格闘技で日本を健康に!



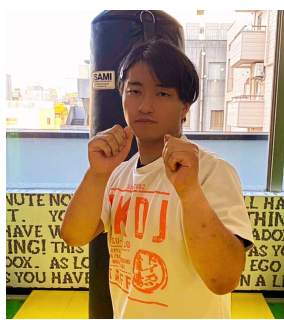
鈴木 優志

優しさNo.1
 指導クラス: ボクシング
 指導時間:
 火曜日 7:00~13:00
 格闘技歴: 10年
 格闘技で日本を健康に!



伊藤 義浩

大人の対応No.1
 指導クラス: キックボクシング、ボクシング
 指導時間: 月曜日 18:00~23:00
 水曜日 7:00~12:00
 格闘技歴: キックボクシング 10年
 皆さんと楽しく練習をと思います。宜しくお願い致します。



竹島 徳秀

ゆるキャラ No.1
 指導クラス: キックボクシング
 指導時間: 月曜日 13:00~17:00
 木曜日 14:00~17:00
 格闘技歴: 5年 柔道初段 古武道
 一言: 格闘技で健康に!



若林 龍翔

若手ホープNo.1
 指導クラス: キックボクシング
 指導時間:
 木曜日 12:00~13:00
 格闘技歴: 空手11年、キックボクシング2年
 楽しくレッスンします気持ちよく汗を流しましょう