



★ファイトフィット新橋 4月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00(水22:00) 土曜 12:00~17:00 日曜 12:00~17:00(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) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 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) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 和田・原田 難易度★強度▼ミット1R	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		
8	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) 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】 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】 和田・原田 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 鳴海 秀哉 難易度★強度▼ミット1R	※平日は18時までの営業になります。 お間違いないようご注意ください。	
9	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 【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】 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】 和田・原田 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 鳴海 秀哉 難易度★強度▼ミット1R	※有難きボクシングクラス、中は サンドバッグやミットなど、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。お申し込みは 営業時間のお知らせ 4/29は祝日の為18時までとなります。 最終クラスは17:30までです。	
10	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) 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) 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】 和田・原田 難易度★強度▼ミット1R	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		
11	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 (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	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) 和田・原田 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 鳴海 秀哉 難易度★強度▼ミット1R		
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) 芹澤 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)	12:00open 12:10start	
13	ボクシング (初心者) 出田 裕一 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 芹澤 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 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 (初心者) 石戸谷 隆幸 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
14	ボクシング (ダイエット) 出田 裕一 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 芹澤 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 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 (ダイエット) 石戸谷 隆幸 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) 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R
15	ボクシング 【無料体験限定】 出田 裕一 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 芹澤 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 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 【無料体験限定】 石戸谷 隆幸 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
16	ボクシング (コンビネーションミット) 出田 裕一 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 芹澤 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 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 (自主練習&ミット2R) 石戸谷 隆幸 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 杉山 功一 ミット1R
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 【無料体験限定】 佐々木 康博 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) 芹澤 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	フリートレーニング (インストラクター不在)	16:45classends 17:00close	
18	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (初心者) 佐々木 康博 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(初心者) 【無料体験】 西片 慶 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) 杉山 功一 難易度★強度▼ミット1R	※ミット1Rのクラスは、参加人数4人以上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。	
19	キックボクシング (ダイエット) 和田 拓也 難易度★強度▼	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) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 西片 慶 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) 杉山 功一 難易度★強度▼	※無料体験(初回体験者限定)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。	
20	キックボクシング(初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	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) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 西片 慶 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	※ファイトフィット店では、マスマーリングを 含むスパ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。	
21	フィジカルトレーニング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼	ボクシング (有難声) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 和田 拓也 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (中級者キック) 西片 慶 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		
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 佐々木 康博 難易度★強度▼	21:45class ends 22:00 close	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミット2R) 杉山 功一 難易度★強度▼		
23	22:45class ends 23:00 close						

ファイトフィット新橋 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
指導時間: 月曜7:00~12:00, 火曜7:00~23:00, 水曜7:00~11:00
格闘技歴: ボクシング歴15年, 柔術6年
一言: 格闘技で健康に! 格闘技への情熱No.1



壺海 秀敏

1984年8月19日(30)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 金曜10:00~12:00
格闘技歴: 10年
一言: 格闘技で健康に! おしやべり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: 金曜15:00~23:00, 日曜12:00~17:00
格闘技歴: ボクシング20年
・タイトル・実日本新人王準優勝など
一言: 格闘技で健康に! 華せNo.1



店舗SNS



西片 慶

1987年3月9日(38)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 木曜18:00~23:00
格闘技歴: キックボクシング
一言: 格闘技やイベントのせうにお答えいたします
分かりやすさ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: 本曜7:00~18:00
格闘技歴: 4年
一言: 楽しく格闘技しましょう! 楽しさNo.1



和田 拓也

1992年06月30日(32)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 月曜19:00~22:00, 火曜13:00~17:00, 水曜19:00~22:00
本曜7:00~12:00, 格闘技歴: 24年
一言: 楽しく格闘技しましょう! ミット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: 火曜7:00~12:00, 土曜12:00~17:00
格闘技歴: 25年, 総実空手 5段
一言: 格闘技で健康に! 笑顔No.1



出田 裕一

1984年10月7日(40)
指導クラス: ボクシング
指導時間: 月曜13:00~17:00
格闘技歴: ボクシング10年以上
総実: 3級18勝16敗
ランキング: 第41代日本スーパーウェルター級王者
一言: 色々なレッスンを楽しんでもいきましょう!
★達成感のあるレッスンNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net