



★ファイトフィット大門浜松町 5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

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜		
	7:00open 7:10start					土日を除く祝日の営業時間は 7:00-18:00となります。 5/5(月)、5/6(火)7:00-18:00			
7	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) 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				7
8	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(ダイエット) TOMO 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) 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥ミット無し	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 「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) 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	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				9
10	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 (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 (ダイエット) 難易度★ 強度♥♥ミット無し	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) 「無料体験」 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)				12
								13:00open 13:10start	
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 (ダイエット) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥ミット無し	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) 「無料体験」 TOMO 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	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 「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 (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	フィジカルトレーニング (初心者) TOMO 難易度★ 強度♥♥	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 (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」 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) TOMO 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 (初級テクニック) 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2R) 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2R) 池端 孝夫 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習♥ミット2R) 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、マウスバーリングを 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) 「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」 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	ボクシング (有酸素) 佐々木 康博 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2R) 原田 聖也 難易度★ 強度♥	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(初心者) 「無料体験」 杉本 博文 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 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2R) 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2R) 杉山 功一 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習♥ミット2R) 杉本 博文 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習♥ミット2R) 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18:00~23:00 金曜7:00~12:00
格闘技歴:ボクシング、柔術、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



店舗SNS
X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



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:フジテレビFighting 2019実況大会優勝2019
ボディビル:全日本大会準優勝
一言:ご来店お待ちしております。

笑顔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 土曜12:00~17:00
格闘技歴:ボクシング20年
*タイトル:東日本個人全連覇など
一言:格闘技で健康に!幸せNo.1

笑顔NO.1



安田 高久
1975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:格闘技で心身をより磨き
面白おかしく過ごさっけをお手伝いします

健康第一NO.1



鳴海 秀哉
1994年8月10日(30)
指導クラス:キックボクシング
指導時間: 水曜日 7:00~17:00
格闘技歴:10年
一言:格闘技で健康に!

格闘技の傍観NO.1



杉本 博文
1979年5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、木曜日 18:00~23:00
格闘技歴:相撲、空手、空道等30年
優勝:大連国際空手道大会日本代表出場
タイトル:ワンタング 空手全日本選手権大会準優勝二回二勝二敗
一言:格闘技で健康に!

一緒にトレーニングして楽しめ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、武段
一言:格闘技で健康に!笑顔No.1

おもてなしNO.1



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net