



# ★ファイトフィット上大岡駅前 6月時間割★

【営業時間】平日 9:00～22:00 土曜 9:00～15:00 日曜 9:00～15:00(年中無休)「祝日 18:00まで」

【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 ■ヨガ・ピラティス ■空手 ■無料体験限定

|    | 月曜                                                | 火曜                                                   | 水曜                                               | 木曜                                                   | 金曜                                                | 土曜                                                                                                                                                                                   | 日曜                                                  |    |
|----|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----|
| 7  |                                                   |                                                      |                                                  |                                                      |                                                   |                                                                                                                                                                                      |                                                     | 7  |
| 8  |                                                   |                                                      |                                                  |                                                      |                                                   |                                                                                                                                                                                      |                                                     | 8  |
|    | 9:00open 9:10start                                |                                                      |                                                  |                                                      |                                                   |                                                                                                                                                                                      |                                                     |    |
| 9  | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し   | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し      | ボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット無し    | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し      | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット1R   | ボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット無し                                                                                                                                        | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>榊原 左恵<br>難易度★強度♥ミット無し    | 9  |
| 10 | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット1R | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット1R    | ボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット1R  | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット1R    | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット1R | ボクシング<br>「無料体験限定」<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット無し                                                                                                                                           | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>榊原 左恵<br>難易度★強度♥ミット無し       | 10 |
| 11 | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し      | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し         | ボクシング<br>「無料体験限定」<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット無し       | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し         | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し      | ボクシング<br>(タイエット)<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥♥ミット無し                                                                                                                                           | キックボクシング<br>(タイエット)<br>榊原 左恵<br>難易度★強度♥♥ミット無し       | 11 |
| 12 | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                         | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                        | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                         | ボクシング<br>「無料体験限定」<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット無し                                                                                                                                           | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>榊原 左恵<br>難易度★強度♥ミット無し       | 12 |
| 13 | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し      | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し         | ボクシング<br>「無料体験限定」<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット無し       | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し         | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し   | ボクシング<br>(キッズ)<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥                                                                                                                                                   | キックボクシング<br>(キッズ)<br>榊原 左恵<br>難易度★強度♥♥ミット無し         | 13 |
| 14 | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し   | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し      | ボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット無し    | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し      | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し   | ボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット無し                                                                                                                                      | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>榊原 左恵<br>難易度★強度♥♥ミット無し | 14 |
| 15 | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット1R | キックボクシング<br>(トイカツファイトクラス)<br>平山 諒<br>難易度★★強度♥♥♥ミット1R | ボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥ミット1R  | キックボクシング<br>(コンビネーションミット)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット1R    | ノーギ柔術<br>(初心者)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥                 | 14:30class ends 15:00close                                                                                                                                                           |                                                     | 15 |
| 16 | ノーギ柔術<br>(初心者)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥                 | ノーギ柔術<br>(初心者)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥                    | ボクシング<br>(キッズ)<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥               | キックボクシング<br>(トイカツファイトクラス)<br>平山 諒<br>難易度★★強度♥♥♥ミット1R | ノーギ柔術<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>難易度★強度♥               | 注意<br>フリートレーニングの時間帯はトイレ使用不可となります！                                                                                                                                                    |                                                     | 16 |
| 17 | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し      | キックボクシング<br>「無料体験限定」<br>平山 諒<br>難易度★強度♥ミット無し         | ボクシング<br>(初心者)<br>小野 太樹<br>難易度★強度♥               | ノーギ柔術<br>(初心者)<br>平山 諒<br>難易度★強度♥                    | キックボクシング<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>難易度★強度♥ミット無し       | 無料体験限定クラスは、既存会員様のクラスはございません。<br>体験者のみとなります                                                                                                                                           |                                                     | 17 |
| 18 | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                         | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                        | フリートレーニング<br>(インストラクター不在)                            | キックボクシング<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>難易度★強度♥ミット無し       |                                                                                                                                                                                      |                                                     | 18 |
| 19 | キックボクシング<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>難易度★強度♥ミット無し       | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>黒川 和弥<br>難易度★強度♥ミット1R     | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>黒川 和弥<br>難易度★強度♥ミット1R | キックボクシング<br>(初心者)<br>黒川 和弥<br>難易度★強度♥                | 総合格闘技<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>難易度★強度♥ミット無し          |                                                                                                                                                                                      |                                                     | 19 |
| 20 | 総合格闘技<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>難易度★強度♥ミット無し          | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>黒川 和弥<br>難易度★強度♥ミット1R     | キックボクシング(初心者)<br>「無料体験」<br>黒川 和弥<br>難易度★強度♥ミット1R | キックボクシング<br>(初心者)<br>黒川 和弥<br>難易度★強度♥                | 総合格闘技<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>難易度★強度♥ミット無し          |                                                                                                                                                                                      |                                                     | 20 |
| 21 | 総合格闘技<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>難易度★強度♥ミット無し          | キックボクシング<br>(トイカツファイトクラス)<br>黒川 和弥<br>難易度★★強度♥♥ミット1R | キックボクシング<br>(初心者)<br>黒川 和弥<br>難易度★強度♥ミット1R       | ノーギ柔術<br>(初心者)<br>黒川 和弥<br>難易度★強度♥                   | 総合格闘技<br>(初心者)<br>岩田 虎之助<br>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。<br>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。<br>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<br>※怪我、体格差、手続き中のミット受けはお断りする場合がございます。<br>祝日は18時までの営業になります。<br>※祝日の営業時間のお知らせ |                                                     | 21 |
| 22 | 21:30class ends 22:00 close                       |                                                      |                                                  |                                                      |                                                   |                                                                                                                                                                                      |                                                     | 22 |
| 23 |                                                   |                                                      |                                                  |                                                      |                                                   |                                                                                                                                                                                      |                                                     | 23 |

# ファイトフィット上大岡インストラクター紹介

店舗代表 平山 諒

指導NO.1  
1999年2月16日(26)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:月曜日9-18 火曜日9-18 木曜日9-22 金曜日9-16  
格闘技歴:総合格闘技、キックボクシング、柔術  
キックボクシング格闘技代理戦争チーム武蔵  
2021全日本アマチュア修斗選手権大会出場  
2023DEEPフューチャーキングトーナメント出場  
fighting Nexusプロ3戦無敗 柔術青帯  
一言:楽しく格闘技を学びましょう!



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



小野 太樹

ミットNo.1  
1997年9月21日(27)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:水曜日9-18 土曜日9-15  
格闘技歴:ボクシング5年  
一言:丁寧なレッスンを心掛けます



柊原 左恵

スタミナNo.1  
1999年9月24日(25)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:日曜日9-15  
格闘技歴:キックボクシング  
一言:格闘技でもっといい1日になれますように



黒川 和弥

経歴No.1  
1974年2月23日(51)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:火曜日19-22 水曜日19-22  
格闘技歴:極真空手25年 キックボクシング5年  
戦績:＜極真空手＞  
神奈川県空手道選手権大会 壮年部 優勝  
全関東空手道選手権大会 壮年部 第三位  
一言:最高の格闘技ライフをサポートします!



岩田 虎之助

実践No.1  
2003年03月25日(22歳)  
指導クラス:キックボクシングMMA  
指導時間:月曜日19-22 金曜日16-22  
格闘技歴:MMA歴3年プロ戦績2戦1勝1敗  
一言:これから一緒に目標達成に向けて頑張りましょう!!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net