



★ファイトフィット大門浜松町 6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							
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) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥ミット1R	※祝日営業は18時まで		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(ダイエツ) 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 (初心者) 石戸谷 隆幸 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1R	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 「無料体験限定」 石戸谷 隆幸 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 (ダイエツ) 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 (初心者) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥ミット1R			10
11	キックボクシング (ダイエツ) 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(ダイエツ) 「無料体験」 鳴海 秀哉 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエツ) 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)	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) 「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 「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 (ダイエツ) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエツ) 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 (ダイエツ) 石戸谷 隆幸 難易度★ 強度♥♥ミット無し	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 (ダイエツ) 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 (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 (初級テクニック) 池端 孝夫 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング (有酸素) 原田 聖也 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) 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 (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 (ダイエツ) 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 (コンビネーションミット) 佐々木 康博 難易度★ 強度♥ミット無し	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 (ダイエツ) 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1R持ちます。		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 (ダイエツ) 杉本 博文 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエツ) 杉本 博文 難易度★ 強度♥ミット1R	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 解下さい。		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	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。		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♥			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
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13:00～18:00
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
笑めて貰えるまで、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14:00～18:00
タイトル:ウエイトリフティング2019年東京実業大会優勝2019
ボディー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9月29日(46)
指導クラス:ボクシング
指導時間:
水曜18:00～23:00
格闘技歴:ボクシング20年
・タイトル:実業団入主 準優勝など
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7時～12時
格闘技歴:柔道20年、キックボクシング4年
一言:格闘技で心身ともに磨き
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9月10日(30)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
水曜7:00～12:00
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9月21日(45)
指導クラス:ボクシング・キックボクシング
指導時間: 水曜、金曜18:00～23:00
格闘技歴: 相撲、空手、空道等30年
優勝: 大連空道選抜大会日本出場2回
タイトル:ワンタング 大連空道選抜大会優勝二回二勝二敗
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13:00～22:00 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、金曜7:00～17:00
格闘技歴: 空手、キウ10年以上
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