



★ファイトフィット六本木ステーション 7月時間割★

【営業時間】平日 7:00～23:00 土曜 12:00～18:00 日曜 12:00～18:00(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					※祝日営業は18時まで 7月21日(月) 7:00～18:00		
7	キックボクシング (モーニング) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (モーニング) 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (モーニング) 出田 裕一 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) MARU 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (モーニング) 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥ミット無			7
8	フィジカルトレーニング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット無	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) MARU 難易度★ 強度♥♥ミット無	ボクシング(初心者) 「無料体験」 瀬下 鉄弥 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」 和田 拓也 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 小松 博史 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) 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」 MARU 難易度★ 強度♥ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥♥			9
10	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング 「無料体験限定」 小松 博史 難易度★ 強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 出田 裕一 難易度★ 強度♥	キックボクシング (中級テクニック) MARU 難易度★★ 強度♥ミット無	ボクシング (有酸素) 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		10
11	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 小松 博史 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)	ボクシング 「無料体験限定」 瀬下 鉄弥 難易度★ 強度♥			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)	12:00open 12:10start		12
13	ボクシング (初心者) 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット無	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 (初心者) 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	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) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング 「無料体験限定」 斧田 航 難易度★ 強度♥	13
14	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♥♥ミット無	キックボクシング (コンビネーションミット) 小松 博史 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 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♥ミット無	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 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (コンビネーションミット) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット無	14
15	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 (中級テクニック) 斧田 航 難易度★★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 MARU 難易度★ 強度♥ミット無	フィジカルトレーニング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 難易度★ 強度♥♥ミット無	15
16	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★ ★ 強度♥♥ミット無	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) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (中級テクニック) MARU 難易度★ ★ 強度♥ミット無	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット無	16
17	ボクシング 「無料体験限定」 杉山 功一 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 「無料体験限定」 斧田 航 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 「無料体験限定」 MARU 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 和田 拓也 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 斧田 航 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)	キックボクシング 「無料体験限定」 和田 拓也 難易度★ 強度♥	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) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	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。 自主練習が可能です。 ※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たせませんのでご了 解下さい。 また、途中から参加された方のミットは持たない場合がご ざいます。		18
19	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (初心者) 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★ 強度♥ミット無			19
20	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	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♥ミット無			20
21	ボクシング(初心者) 「無料体験」 杉山 功一 難易度★ 強度♥ミット無	フィジカルトレーニング (初心者) 和田 拓也 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット無	ボクシング (中級テクニック) 杉山 功一 難易度★★ 強度♥♥ミット無	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★ 強度♥ミット無			21
22	ボクシング (自主練習&ミット2R) 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 難易度★ 強度♥	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) 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 斧田 航 難易度★ 強度♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23

ファイトフィット六本木ステーション インストラクター紹介

店舗代表 和田拓也

1992年6月30日(33)
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18:00~23:00
格闘技歴: 24年
キックボクシングをライフワークに! ミットNo.1



瀬下 鉄弥

ミットによるレッスンNo.1
1993年2月20日(32)
指導クラス: ボクシング
指導時間: 金曜7:00~15:00
格闘技歴: ボクシング15年(プロ6年)
一言: 基本的な動作を丁寧に指導します!



MARU

充実度No.1
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 木曜7:00~11:00、金曜15:00~18:00
格闘技歴: キックボクシング
一言: よろしくお願ひします。



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: 水曜14:00~20:00
格闘技歴: ボクシング20年
・タイトル・: 東日本新人王準優勝など
一言: 格闘技で健康に!

実績No.1



斧田 航

1983年8月9日(41)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 水曜13:00~23:00、日曜12:00~18:00
格闘技歴: ムエタイ3年
戦績: なし、タイトル、ランキング: なし
一言: キックボクシングで健康な身体作りを

実績No.1



小松 博史

1997年11月18日(27)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 火曜7:00~16:00
格闘技歴: 空手4年、空手の指導3年
一言: 基礎からの指導丁寧に教えていきます!

年間パーソナル売り上げ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: 水曜7:00~11:00
格闘技歴: ボクシング10年以上
戦績: 35戦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いきましょう!
★達成感のあるレッスンNo.1

店舗SNS

X

Facebook

Instagram

TikTok

YouTube

LINE@



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net