



★ファイトフィット大門浜松町 7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月21日(月) 7:00~18:00	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 (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	ノーステッチ (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(ダイエット) 「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	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) 「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) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (初心者) 和田 拓也 難易度★強度▼ミット無し	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	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	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 (1級テクニック) 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)	ノーステッチ (超初心者) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット無し	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 「無料体験限定」 TOMO 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)	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 (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) 「無料体験」 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、マンスパーリングを 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。 ※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 承下さい。 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。		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	ボクシング (有酸素) 原田 聖也 難易度★強度▼ミット無し	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	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	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) 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	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 和田拓也

1982年6月30日(33)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 水曜 14:00~18:00
格闘技歴: 25年
キックボクシングをライフワークに！ ミット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 空格闘技キックボクシング4年
一言: 自信のない方、女性、初心者、大歓迎
爽やかに笑って、楽しくおしゃべりします！

安心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: 全日本空手道連盟2019年全日本大会優勝2019
ボクシング・全日本空手道連盟2019年全日本大会優勝2019
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: 水曜18:00~23:00
格闘技歴: ボクシング20年
・タイトル: 全日本空手道連盟2019年全日本大会優勝2019
一言: 格闘技で健康に！ 幸せNo.1

笑顔No.1



安田 高久

1979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: 空手20年、キックボクシング4年
一言: 格闘技で健康に！ 幸せNo.1
一言: 格闘技で健康に！ 笑顔No.1
面白おかしく話さずきつかけをお手伝いします

健康第一No.1



鳴海 秀哉

1994年9月19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！

格闘技の萌え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19:00~23:00
指導時間: 水曜、金曜19:00~23:00
格闘技歴: 相撲、空手、空手道20年
タイトル: 大塚空手道連盟2019年全日本大会優勝2019
キックボクシング 全日本空手道連盟2019年全日本大会優勝2019
一言: 格闘技で健康に！
一言: トレーニングで楽しめ！ No.1

一言: トレーニングで楽しめ！ 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13:00~22:00 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No.1



石戸谷 隆幸

1976年7月22日(49)
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7:00~18:00
格闘技歴: 空手、キックボクシング以上
一言: 格闘技で健康に！ 笑顔No.1

おしゃべりNo.1



佐々木 康博

1983年12月13日(41)
指導クラス: ボクシング・キックボクシング
指導時間: 金曜19:00~23:00
格闘技歴: ボクシング歴15年、空手6年
一言: 格闘技で健康に！ 格闘技への情熱No.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net