



★ファイトフィット渋谷宮益坂 5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) 祝日18:00迄

【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	キックボクシング (モーニング) 漆館 宗太 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (モーニング) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (モーニング) yamaguchi 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 野津 良太 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度▼			7		
8	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 「無料体験」 yamaguchi 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度▼ミット1R	※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っていない場合がございます。		8		
9	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度▼	脂肪燃焼有酸素 yamaguchi 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 野津 良太 難易度★強度▼	ボクシング 「無料体験限定」 ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度▼	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		9		
10	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度▼ミット1R	ヒップホップダンス yamaguchi 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 野津 良太 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) ダニエレ ベヴェリニ 難易度★強度▼ミット1R			12:00open 12:10start		10
11	キックボクシング 「無料体験限定」 漆館 宗太 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) ダニエレ ベヴェリニ 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 (初心者) (初心者) 野津 良太 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)					12:00open 12:10start
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)	キックボクシング (ダイエット) 芹沢 難易度★強度▼	ボクシング (有酸素) 館上一樹 難易度★強度▼	12		
13	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 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)	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 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 (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 芹沢 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 館上一樹 難易度★強度▼	13		
14	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 漆館 宗太 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 近藤 敏展 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 芹沢 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 館上一樹 難易度★強度▼	14		
15	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 漆館 宗太 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 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) 近藤 敏展 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) 近藤 敏展 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 近藤 敏展 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 芹沢 難易度★強度▼	キックボクシング 「無料体験限定」 館上一樹 難易度★強度▼	15		
16	キックボクシング (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 漆館 宗太 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 芹沢 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (有酸素) 館上一樹 難易度★強度▼	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 (ダイエット) 漆館 宗太 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 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) 芹沢 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 館上一樹 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)	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)	17:45class ends 18:00close		18		
19	キックボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 高山 輝 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 高崎 芳明 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 「無料体験」 高崎 芳明 難易度★強度▼	*インストラクターの都合により、時間割と変更されることがあります。 ansで告知しますので確認の上ご来店ください。 ※祝日は18時までの営業になります。		19		
20	キックボクシング (初心者) 「無料体験」 吉越 博司 難易度★強度▼	ノーギ柔術 (初心者) 高山 輝 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 近藤 敏展 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 高崎 芳明 難易度★強度▼	総合格闘技 (初心者) 高崎 芳明 難易度★強度▼			5/3(金)、5/6(月) 祝日は18時までの営業		20
21	キックボクシング (中級) 吉越 博司 難易度★強度▼	ノーギ柔術 (テクニク) 高山 輝 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 「無料体験」 近藤 敏展 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 「無料体験」 高崎 芳明 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング (中級) 高崎 芳明 難易度★強度▼					5/3(金)、5/6(月) 祝日は18時までの営業
22	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) 高山 輝 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) 高崎 芳明 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 高崎 芳明 難易度★強度▼	5/3(金)、5/6(月) 祝日は18時までの営業		22		
23	22:45class ends 23:00 close							23		

ファイトフィット渋谷宮益坂 インストラクター紹介

店舗代表 野津 良太

1987年6月18日(26)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 木曜7:00~12:00
格闘技歴: キックボクシング5年
戦績: 21戦1勝10敗 テンゲシタg NAKFライト級1位
キックボクシングの事なら気軽に質問してください



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



漆館 宗太
1985年3月28日(39)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 月曜7:00~16:00, 火曜14:00~18:00
格闘技歴: 空手総合格闘技18年2段
初めての方でも分かりやすいレッスンをします



高崎 芳明
1992年9月22日(31)
指導クラス: キックボクシング, 総合
指導時間: 木曜19:00~23:00, 金曜19:00~23:00
格闘技歴: 空手
気になることは何でも聞いてください!



近藤 敏展
11月5日
指導クラス: ボクシング
指導時間: 水曜13:00~23:00, 木曜14:00~18:00
金曜13:00~18:00
格闘技歴: ボクシング10年以上
部活のような指導を心がけてます!



ダニエレ・ヘヴェリニ
1974年12月21日(49歳)
指導クラス: ボクシング
指導時間: 火曜7:00~12:00, 金曜7:00~11:00
ボクシング歴: 10年
是非一緒にボクシングを楽しみましょう!

Coming Soon



yamaguchi
生年月日: 非公明
指導クラス: 格闘技・ダンス
指導時間: 水曜7:00~11:00
格闘技歴: 非公明
是非クラスに来てください。

Coming Soon



芹沢
生年月日: 非公明
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 土曜12:00~18:00
格闘技歴: 非公明
楽しいクラスを心がけております。

館上 一樹
2001年9月7日(22)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 日曜12:00~18:00
格闘技歴: キックボクシング
みんなが参加できるクラスにします。



吉越 博司
1998年11月10日(25)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 月曜19:00~23:00
格闘技歴: ボクシング10年, 総合格闘技3年
楽しく動いて筋肉痛にさせます!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net