



★ファイトフィット渋谷宇田川町 6月時間割★

【営業時間】平日 7:00～22:00 土曜 9:00～15:00 日曜 9:00～15:00(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 ■その他 ■無料体験限定

	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) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 藤田 岳生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 野津 梅澤 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 小澤 謙人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) ホリスミ コウキ 難易度★強度♥ミット1R			7
8	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 藤田 岳生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 野津 梅澤 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小澤 謙人 難易度★強度♥ミット1R	テコンドー (初心者) ホリスミ コウキ 難易度★強度♥ミット1R	9:00 open 9:10 start		8
9	キックボクシング (初心者) 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 藤田 岳生 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 野津 梅澤 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小澤 謙人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ホリスミ コウキ 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 Takuto 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	9
10	キックボクシング 「無料体験限定」 足立 剛 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 藤田 岳生 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 野津 梅澤 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 小澤 謙人 難易度★強度♥♥ミットなし	テコンドー (ダイエット) ホリスミ コウキ 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) Takuto 難易度★★強度♥ミットなし	ボクシング (コンビネーションミット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥ミットなし	10
11	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) 藤田 岳生 難易度★強度♥♥ミットなし	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」 小澤 謙人 難易度★強度♥ミットなし	重心・体幹トレーニング (中級者) ホリスミ コウキ 難易度★★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 Takuto 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	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)	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 梅澤 礼 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 (ダイエット) Takuto 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥ミットなし	12
13	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 足立 剛 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 梅澤 礼 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 Takuto 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	13
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 足立 剛 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 岡山 直樹 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 梅澤 礼 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 梅澤 礼 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (自主練習&ミット2R) Takuto 難易度★強度♥	ボクシング (自主練習&ミット2R) 村山 玄拓 難易度★強度♥	14
15	ボクシング (有酸素) 足立 剛 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 梅澤 礼 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーション) 梅澤 礼 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R	14:45class ends 15:00close		15
16	キックボクシング 「無料体験限定」 足立 剛 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 岡山 直樹 難易度★強度♥ミット1Rgg	キックボクシング(超初心者) 「来店5回未満限定」 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング 「無料体験限定」 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥ミットなし	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 対人練習を行う場合は、必ずインストラクター 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てない 場合がございます。		16
17	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
18	キックボクシング (ダイエット) 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥ミットなし	テコンドー (初心者) ホリスミ 小澤 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 梅澤 礼 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミット1R			18
19	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 岡山 直樹 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	重心・体幹トレーニング (中級者) ホリスミ 小澤 難易度★★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし			19
20	キックボクシング (ダイエット) 岡山 直樹 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ホリスミ 小澤 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 梅澤 礼 難易度★★強度♥♥♥ミットなし	ボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度♥♥ミットなし			20
21	キックボクシング(初心者) 岡山 直樹 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) ホリスミ 小澤 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 梅澤 礼 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 村山 玄拓 難易度★強度♥ミットなし			21
	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習			
22	21:45class ends 22:00 close							22
23								23

ファイトフィット渋谷宇田川町 インストラクター紹介

店舗代表 梅澤 礼

若さNo.1
2004年5月25日(21)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 水曜7:00~16:00、木曜13:00~22:00
格闘技歴: 空手10年、キックボクシング7年
戦績: 空手日本選手権優勝、キックボクシング3勝2敗
一言: 常に全力で頑張ります!



小澤 謙人

有酸素No.1
2001年7月17日(23)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 水曜18:00~21:00、木曜7:00~12:00
格闘技歴: キックボクシング2年
一言: ご来店お待ちしております!



ホリズム コウキ

チコンダー歴No.1
1999年5月3日(26)
指導クラス: キックボクシング、テコンドー
指導時間: 水曜18:00~22:00、金曜7:00~12:00
格闘技歴: テコンドー20年
一言: アンチエイジングを目指して頑張ります!



Takuto

丁寧さNo.1
1992年9月8日(32)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 土曜9:00~15:00
格闘技歴: 空手6年、柔道3年
一言: 基礎から見直して正しい体を動かしていきます!



村山 玄拓

優しさNo.1
生年月日: 非公明
指導クラス: キックボクシング、ボクシング
指導時間: 火曜18:00~22:00、
金曜13:00~22:00、日曜9:00~15:00
格闘技歴: ボクシング、総合格闘技
一言: ボクシングを楽しみましょう!



岡山 直樹

テクニックNo.1
1990年10月27日(34)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 月曜10:00~22:00、火曜13:00~17:00
格闘技歴: キック10年
一言: まずは楽しむことから始めましょう!

店舗SNS
X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



足立 剛

笑顔No.1
生年月日: 非公明
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 月曜7:00~17:00
格闘技歴: キックボクシング4年、ムエタイ4年
一言: 一緒に頑張ります!



藤田 岳生

キック指導No.1
1987年9月14日(37)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 火曜7:00~12:00
格闘技歴: 空手8年
一言: 一緒に丁寧な動作で頑張りましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



野津 良太

ミット指導No.1
1987年6月18日(38)
指導クラス: キックボクシング
指導時間: 水曜7:00~11:00
格闘技歴: キックボクシング8年
戦績: 21戦11勝10敗、ランキング NJKF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