



★ファイトフィット六本木ステーション 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)

【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) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 小松 惇史 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 佐々木 康博 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 中島 由晴 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (モーニング) 稲垣 翔大 難易度★強度▼ミット1R			7		
8	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 小松 惇史 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) (コンビネーションミット) 中島 由晴 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 稲垣 翔大 難易度★強度▼			8		
9	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▼	キックボクシング (初心者) 小松 惇史 難易度★強度▼ミット1R	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 (ダイエット) 中島 由晴 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 稲垣 翔大 難易度★強度▼			9		
10	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▼	キックボクシング 【無料体験限定】 小松 惇史 難易度★強度▼	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▼	キックボクシング 【無料体験限定】 中島 由晴	キックボクシング 【無料体験限定】 稲垣 翔大 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】 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) 小松 惇史 難易度★強度▼ミット1R	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R) 中島 由晴 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 稲垣 翔大 難易度★強度▼			12:00open 12:10start		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)			キックボクシング 【無料体験方限定】 井上 洗 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験方限定】 斧田 航 難易度★強度▼	12
13	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) 小松 惇史 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 中島 由晴 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 稲垣 翔大 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 井上 洗 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼	14		
14	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 (コンビネーションミット) 小松 惇史 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1R	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 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) 井上 洗 難易度★強度▼	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▼	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 (中級テクニク) 小松 惇史 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 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▼	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) 井上 洗 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▼	15		
16	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 稲垣 翔大 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1R	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度▼	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度▼	ボクシング (有酸素) 井上 洗 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼	16		
17	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 【無料体験限定】 稲垣 翔大 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▼	ボクシング 【無料体験限定】 杉山 功一 難易度★強度▼	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 (自主練習&ミットR) 井上 洗 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)	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	ボクシング (ダイエット) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 中島 由晴 難易度★強度▼	※ファイトフィットはマスマスパー、スパーリング等禁止となっ ております。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。 ※インストラクターの都合により、時間割が変更されることが あります。SNSで告知しますのでご確認ください。 ※女性インストラクターの場合、男性会員様のミット受けは 出来かねる場合がございます。 ※5/3(金)、5/6(日)は祝日の為18時までの営業です。		19		
20	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度▼	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▼	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▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 中島 由晴 難易度★強度▼			20		
21	ボクシング(初心者) 【無料体験】 杉山 功一 難易度★強度▼	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▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★強度▼	ボクシング (中級テクニク) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 中島 由晴 難易度★強度▼			21		
22	ボクシング (自主練習&ミットR) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 佐々木 康博 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 斧田 航 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミットR) 杉山 功一 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 中島 由晴 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 佐々木康博

1983年12月19日(40)
指導クラス:キックボクシング、ボクシング
指導時間:
火曜19:00~23:00、水曜7:00~12:00、
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!



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



井上 洸

2001年11月26日(22)
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:キックボクシング
一言:一緒に楽しく格闘技しましょう



中島 由晴

1999年5月31日(24)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
木曜7:00~13:00、金曜19:00~21:00
格闘技歴:キックボクシング
一言:楽しくやっています



杉山 功一

1978年9月25日(45)
指導クラス:ボクシング
指導時間:
火曜19:00~23:00、金曜19:00~23:00
日曜12:00~17:00
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!



小松 博史

1997年11月18日(26)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
月曜7:00~12:00
格闘技歴:実年齢より5年上の指導3年
一言:基礎からの指導丁寧に教えていきます!



斧田 航

1983年8月9日(40)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
火曜7:00~15:00、木曜18:00~23:00
格闘技歴:ムエタイ4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

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net



稲垣 翔大

2002年9月25日(22)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:火曜16:00~17:00、金曜7:00~13:00
格闘技歴:キックボクシング
一言:格闘技を通して一緒に健康になりましょう