



# ★ファイトフィット新宿東口駅前 6月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(年中無休) 祝日は 7:00~18:00

【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                                                                                                  |
|---------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7:00open 7:10start</b> |                                                |                                              |                                                |                                              |                                              |                                                                                                     |
| 7                         | キックボクシング (モーニング) 田村 健悟 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) 小山内 詩音 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 (初心者) 星野 侑太 難易度★ 強度♥ミット1R           | 7                                                                                                   |
| <b>9:00open 9:10start</b> |                                                |                                              |                                                |                                              |                                              |                                                                                                     |
| 8                         | キックボクシング(超初心者) 「来店5回未満者限定」 田村 健悟 難易度★ 強度♥ミット1R | ボクシング(初心者) 「無料体験」 yamaguchi 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」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥ミット1R      | ボクシング(初心者) 「無料体験」 yamaguchi 難易度★ 強度♥ミット無し    | キックボクシング (ダイエット) 星野 侑太 難易度★ 強度♥ミット1R         | 8                                                                                                   |
| 9                         | キックボクシング(初心者) 「無料体験」 田村 健悟 難易度★ 強度♥ミット無し       | ヒップホップ yamaguchi 難易度★ 強度♥♥ミット無し              | キックボクシング (初心者) 小山内 詩音 難易度★ 強度♥♥ミット1R           | ボクシング (初心者) yamaguchi 難易度★ 強度♥ミット1R          | キックボクシング (初心者) 「無料体験」 栗原 瑠穂 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」 田村 健悟 難易度★ 強度♥               | ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 yamaguchi 難易度★ 強度♥♥ミット1R | キックボクシング 「無料体験限定」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥              | ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 yamaguchi 難易度★ 強度♥♥ミット1R | キックボクシング(初心者) 「無料体験」 星野 侑太 難易度★ 強度♥ミット1R     | 10                                                                                                  |
| 11                        | キックボクシング (ダイエット) (初心者) 田村 健悟 難易度★★ 強度♥♥♥ミット無し  | ボクシング (初心者) yamaguchi 難易度★ 強度♥ミット1R          | キックボクシング (初心者) 「無料体験」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥ミット1R     | ボクシング 「無料体験限定」 yamaguchi 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」 星野 侑太 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)                         | ヒップホップ yamaguchi 難易度★ 強度♥♥ミット無し              | 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)                                                                              |
| 13                        | キックボクシング(超初心者) 「来店5回未満者限定」 田村 健悟 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」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥♥ミット無し | キックボクシング (ダイエット) 小山内 詩音 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 「無料体験限定」 大村 匠 難易度★ 強度♥                                                                     |
| 14                        | キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ミット1R    | キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥ミット1R    | キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥ミット1R      | キックボクシング(初心者) 「無料体験」 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥ミット1R    | キックボクシング (ダイエット) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥♥ミット1R        | キックボクシング (ダイエット) 大村 匠 難易度★ 強度♥ミット1R                                                                 |
| 15                        | キックボクシング 「無料体験限定」 田村 健悟 難易度★ 強度♥               | キックボクシング (コンビネーションミット) 小山内 詩音 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」 小山内 詩音 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」 平丸 勝基 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」 栗原 瑠穂 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」 大村 匠 難易度★ 強度♥♥ミット無し                                                            |
| 16                        | 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」 小山内 詩音 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 (コンビネーションミット) 平丸 勝基 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) 小山内 詩音 難易度★ 強度♥♥ミット無し | キックボクシング (初心者) 栗原 瑠穂 大村 匠 難易度★ 強度♥ミット無し                                                             |
| 17                        | キックボクシング (初心者) 平丸 勝基 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)                       | キックボクシング 「無料体験限定」 田村 健悟 難易度★ 強度♥               | キックボクシング(初心者) 「無料体験」 平丸 勝基 難易度★ 強度♥ミット無し     | 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 (自主練習&ミット) 栗原 瑠穂 大村 匠 難易度★ 強度♥~♥♥♥                                                         |
| 18                        | キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 平丸 勝基 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) 小山内 詩音 難易度★ 強度♥♥ミット無し | キックボクシング(超初心者) 「来店5回未満者限定」 田村 健悟 難易度★ 強度♥ミット無し | フリートレーニング (インストラクター不在)                       | 総合格闘技 (初心者) 小山内 詩音 難易度★★ 強度♥♥ミット無し           | 17:45class ends 18:00close                                                                          |
| 19                        | キックボクシング (コンビネーションミット) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥ミット1R     | 総合格闘技 (初心者) 小山内 詩音 難易度★★ 強度♥♥ミット無し           | キックボクシング (初心者) 田村 健悟 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」 平丸 勝基 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」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥♥ミット無し | 19                                                                                                  |
| 20                        | キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 平丸 勝基 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」 小山内 詩音 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) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ミット1R    | キックボクシング(初心者) 「無料体験」 平丸 勝基 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) 小山内 詩音 難易度★ 強度♥♥ミット無し | 20                                                                                                  |
| 21                        | キックボクシング(初心者) 「無料体験」 平丸 勝基 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」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥♥ミット1R   | キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 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」 平丸 勝基 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」 小山内 詩音 難易度★ 強度♥♥ミット1R   | ※ 超初心者クラスのご参加は入会5回未満の方限定です                                                                          |
| 22                        | キックボクシング (自主練習&ミット) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥~♥♥♥         | キックボクシング (自主練習&ミット) 小山内 詩音 難易度★ 強度♥~♥♥♥      | キックボクシング (自主練習&ミット) 田村 健悟 難易度★~♥♥♥             | キックボクシング (自主練習&ミット) 平丸 勝基 難易度★ 強度♥~♥♥♥       | キックボクシング (自主練習&ミット) 小山内 詩音 難易度★ 強度♥~♥♥♥      | ※ 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ください。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 |
| 23                        | 22:45class ends                                |                                              | 23:00 close                                    |                                              |                                              |                                                                                                     |

インストラクター スクール

※ 祝日、短縮営業の営業時間のお知らせ  
※ 祝日営業時間 17:45class ends 18:00close

# ファイトフィット新宿東口駅前 インストラクター紹介

店舗代表 田村 健悟

1994年2月20日(31)  
 指導クラス:キックボクシング  
 指導時間  
 月曜7:00~18:00水曜17:00~23:00  
 格闘技歴:キックボクシング2年  
 戦績 4戦3勝1敗 タイトル/ランキング:なし  
 一言:きつくてしっかり違い込みたい方、店舗美化No.1



## 店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



2019年7月12日(48)  
 指導クラス:ボクシング、キック、総合、キッズレスリング  
 指導時間  
 月曜17:00~23:00、木曜14:00~23:00  
 格闘技歴:30年  
 2000年プロボクシングA級トーナメント優勝  
 元OFB日本王者 元171cmJRA-MMA格闘王者  
 一言:気天老練を自指す格闘A/A  
 考えるな！感しろ！ 楽しい格闘技No.1

平丸 勝基



2002年11月19日(22)  
 指導クラス:キックボクシング、総合格闘技  
 指導時間  
 火曜13:00~23:00、金曜14:00~23:00  
 格闘技歴:総合1年、柔道4年、空道2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、優しいNo.1

小山内 詞音



2005年1月20日(20)  
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
 指導時間  
 水曜7:00~18:00、土曜9:00~18:00  
 格闘技歴:キックボクシング1年  
 戦績 4戦2勝2敗 タイトル/ランキング:なし  
 一言:格闘技で健康に！面白さNo.1

栗原璃穂



2003年12月9日(21)  
 指導クラス:キックボクシング  
 指導時間:金曜日7:00~12:00  
 格闘技歴:キックボクシング2年  
 戦績:なし タイトル/ランキング:なし  
 一言:あきらめず頑張りましょう！素晴らしさNo.1

星野 伶太

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net