



★ファイトフィット西葛西 6月時間割★

【営業時間】火水金 10:00～22:00月10:00～21:00(木曜定休日) 土日 10:00～16:00 祝日 10:00～18:00

【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	
7	注意事項 ・館内の裸足移動禁止 ・当施設は高校生の方からご利用可能 ・タトゥー禁止、施設も浴場もご利用頂けません。 月～金 10:00 open 月～金 10:10 start *祝日は 18:00 close					祝日18時までの営業となります。		7
8								8
9								9
10	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 星野 公彌 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 湯本 和真 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 星野 公彌 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(初心者) 「無料体験」 小林 彩美 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング(初心者) 「無料体験」 星野 公彌 難易度★強度♥ミット無し	10
11	キックボクシング (ダイエット) 星野 公彌 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」 湯本 和真 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 星野 公彌 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 (ダイエット) 小林 彩美 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 星野 公彌 難易度★強度♥♥ミット1R	11
12	キックボクシング 「無料体験限定」 星野 公彌 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 湯本 和真 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 星野 公彌 難易度★強度♥		キックボクシング 「無料体験限定」 安田 高久 難易度★強度♥	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	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 「無料体験限定」 小林 彩美 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 星野 公彌 難易度★強度♥	13
14	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 星野 公彌 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」 湯本 和真 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 公彌 難易度★強度♥ミット1R	毎週木曜日 NAS西葛西 定休日	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 (コンビネーションミット) 小林 彩美 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) 星野 公彌 難易度★★強度♥ミット無し	14
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 星野 公彌 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) 湯本 和真 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) 星野 公彌 難易度★★強度♥ミット無し		キックボクシング (中級テクニック) 安田 高久 難易度★★強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 小林 彩美 難易度★★強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初級テクニック) 星野 公彌 難易度★★強度♥ミット無し	15
16	キックボクシング 「無料体験限定」 星野 公彌 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 湯本 和真 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 星野 公彌 難易度★強度♥		キックボクシング 「無料体験限定」 安田 高久 難易度★強度♥	15:45class ends 16:00close		16
17	フィジカルトレーニング (上級者) 星野 公彌 難易度★★強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 湯本 和真 難易度★★強度♥♥ミット無し	フィジカルトレーニング (上級者) 星野 公彌 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♥ミット無し	※ミット1Rのクラスは、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ください。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。		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)			18
19	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 星野 公彌 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 公彌 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」 水津 空良 難易度★強度♥ミット1R		キックボクシング(初心者) 「無料体験」 高梨 玲次郎 難易度★強度♥ミット無し			19
20	ボクシング (パンチ打ち込み) 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 公彌 難易度★★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 水津 空良 難易度★★強度♥ミット1R		キックボクシング (ダイエット) 高梨 玲次郎 難易度★★強度♥♥ミット1R	※予約は不要ですが、万が一一定員(12名)に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。 ※ファイトフィット会員のスパ利用は営業時間内です。 NAS会員を除く		20
21		キックボクシング (中級テクニック) 星野 公彌 難易度★★強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 水津 空良 難易度★★強度♥♥ミット無し		キックボクシング (中級テクニック) 高梨 玲次郎 難易度★★強度♥♥ミット無し			21
22	21:45class ends 22:00 close *月曜日は21:00close							22

ファイトフィット西葛西 インストラクター紹介

店舗代表 星野 公彌

1987年1月23日(38)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
月曜 10:00~20:00、火曜 19:00~22:00
水曜 10:00~18:00、日曜 10:00~16:00
格闘技歴: 10年
戦績: 10戦5勝5敗 タイトルランキング: なし
一言: 楽しく汗をかきましょう! 指導歴No.1



湯本 和真

1996年2月5日(29)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
火曜 10:00~18:00
戦績: 20戦10勝10敗 タイトルランキング: なし
一言: 頑張れましょう! 清瀬No.1



安田 高久

1975年1月14日(50)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
金曜 10:00~18:00
格闘技歴: 4年
戦績: 3戦2勝1敗 タイトルランキング: なし
一言: 楽しくキックボクシングしましょう! キックNo.1



水津 空良

1999年8月30日(26)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
水曜 19:00~22:00
戦績: 10戦7勝3敗 タイトルランキング: なし
一言: 格闘技で日本を健康に! 実践No.1



高梨 玲次郎

2003年1月7日(22)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
金曜 19:00~22:00
戦績: 4戦4勝0敗 タイトルランキング: なし
一言: 質問などあればどんどん聞いてください!
楽しいレッスンを心がけております。フレッシュNo.1

店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net