

ボックスフィット講師紹介

ABCボクシングジム会長
松本 憲亮

元プロボクサー（ヨシヤマジム）

大阪出身、1979年生まれ

プロ経歴 日本Sライト級 7位、
東洋太平洋Sライト級 9位

通算成績 27戦20勝（15KO）4敗3分

アマチュア経歴 大体大浪商高校ボクシング部、
大阪体育大学ボクシング部 出身

引退後、京都のフューチャーボクシングジムでチーフトレーナーとして
転向する。4人の女子世界チャンピオンの専属トレーナーとして活躍し、
8人のキッズ全国チャンピオンを輩出する。

フィットネスにも力を入れ、リアルの戦いに向けたボクシングのフォー
ムとイメージで有酸素運動を手がけるオリジナルダイエットプログラム、
BOXFIT（ボックスフィット）を立ち上げる。

自分の人生を大きく変えてくれたボクシングに恩返しをするため3月から
マツモトフィットネスとして、ボックスフィットとボクシング指導の両方
でABCジムでマツモトフィットネスを開始。

去年11月からABCボクシングジムとマツモトフィットネスを統合し営業
時間も長くなりました。

今年4月からABCボクシングジム会長に就任しました。アットホームな雰
囲気で楽しくボクシングを学んでもらえるジムを目指しています(≧▽≦)

ボクシングは全身運動のダイエット効果のある有酸素運動です。
ストレス発散やダイエット、シェイプアップ効果がとても得られ体力づく
りに最適です。強く美しい自信溢れる自分自身を手に入れましょう。





元日本スーパーライト級ランカー
元東洋太平洋スーパーライト級ランカー
オヤジファイトOFBミドル級チャンピオン
ABCボクシングジム
会長 松本憲亮