

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、京都のフュチュール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。

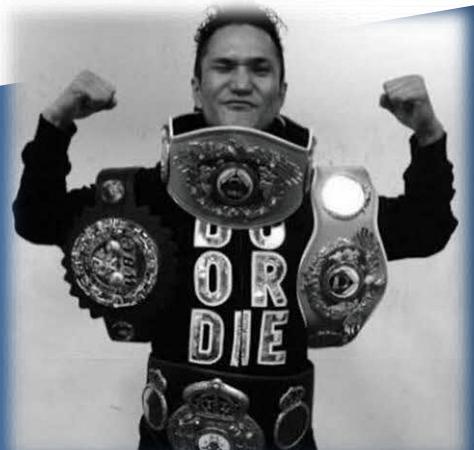
自分の人生を大きく変えてくれたボクシングに恩返しをするため3月からマツモトフィットネスとして、ボックスフィットとボクシング指導の両方でABCジムでマツモトフィットネスを開始。

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