



★ファイトフィット溝の口 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)

【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	7:10 モーニングボクシング yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 井谷 匠 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	※新型コロナウイルス感染予防の為、原則お一人様1時間の練習とさせていただきます。(1クラス45分間) ※また、人数制限15名までとさせていただきます。 予約は不要ですが、万が一一定員に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。		7		
8	8:00 ヒップホップフィット yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 井谷 匠(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00open 9:10start		8		
9	9:00 初心者ボクシング yamaguchi(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 井谷 匠 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	初心者 キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 井谷 匠 ★ ♥～♥♥♥	初心者 キックボクシング 柳 苺香 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 児玉 誉主矢 ★ ♥～♥♥♥	9
10	10:00 ヒップホップフィット yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 ショウゴ 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 井谷 匠 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	ダイエット キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 井谷 匠 ★ ♥～♥♥♥	ダイエット キックボクシング 柳 苺香 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 児玉 誉主矢 ★ ♥～♥♥♥	10
11	11:00 ダイエットボクシング yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 井谷 匠 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング 無料体験限定 井谷 匠 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R ショウゴ ★ ♥～♥♥♥	キックボクシング 無料体験限定 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 柳 苺香 ★ ♥～♥♥♥	11
12	12:00 ヒップホップフィット yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12
13	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 ダイエットキックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 関口 祐冬(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 井谷 匠(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	ダイエット キックボクシング 井谷 匠 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 ショウゴ 難易度★ 強度♥	ダイエット キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 柳 苺香 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 ダイエットキックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 井谷 匠 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	初心者 キックボクシング 井谷 匠 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R ショウゴ ★ ♥～♥♥♥	有酸素 キックボクシング 柳 苺香 難易度★ 強度♥	自由練習 ＆ミット2R 児玉 誉主矢 ★ ♥～♥♥♥	14
15	15:00 キックボクシング無料体験限定 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者総合格闘技 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 井谷 匠 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 ショウゴ 難易度★ 強度♥	初級 フィジカル ショウゴ 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 井谷 匠 ★ ♥～♥♥♥	初心者 キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 柳 苺香 ★ ♥～♥♥♥	15
16	16:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	16:00 コンビネーションミット 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 井谷 匠 難易度★ 強度♥	16:00 コンビネーションミット 井谷 匠 難易度★ 強度♥	コンビネーション ミット ショウゴ 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 井谷 匠 ★ ♥～♥♥♥	コンビネーション ミット 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 柳 苺香 ★ ♥～♥♥♥	16
17	17:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 井谷 匠(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥	初心者 キックボクシング 井谷 匠 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R ショウゴ ★ ♥～♥♥♥	初心者 キックボクシング 柳 苺香 難易度★ 強度♥	自主練習 ＆ミット2R 児玉 誉主矢 ★ ♥～♥♥♥	17
18	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 ストレッチ&フィジカル yuie 難易度★ 強度♥	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 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	19:00 ダイエットキックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥	19:00 超入門ベリーダンス yuie 難易度★ 強度♥	19:00 コンビネーションミット 國金 慎太郎 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥	*ファイトフィットはマスパ、 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、時間割と 変更される場合がございます。 snsで告知しますのでご確認の上ご来店ください。		19		
20	20:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	20:00 有酸素ダンス yuie(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者キックボクシング 國金 慎太郎 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥			20		
21	21:00 コンビネーションミット 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者総合格闘技 國金 慎太郎 難易度★ 強度♥	21:00 コンビネーションミット 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	21:00 中級キックテクニク 児玉 誉主矢 難易度★★ 強度♥♥			21		
22	22:00 自主練習&ミット2R 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥～♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥～♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 國金 慎太郎 難易度★ 強度♥～♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥～♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥～♥♥♥			22		
23	22:45class ends 23:00 close							23		



COMING SOON



児玉 誉主矢	yamaguchi	yuie
2000年7月18日(22) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:10年 格闘技を楽しみましょう！	生年月日:非公開 指導クラス:ボクシング・ダンス 格闘技歴:非公開 是非クラスに来てください。	指導クラス:ベリーダンス フィジカル ボディメイクを意識して 健康的な身体作りをしてみたいです ご参加お待ちしております。



國金 慎太郎	関口 祐冬	ショウゴ
1993年12月5日(29) 指導クラス:寝技、キックボクシング 格闘技歴:総合格闘技5年 寝技やキックボクシングのクラスを担当しています。	1996年11月4日(25) 指導クラス:キックボクシング・寝技 競技歴:MMA10年 楽しく運動しましょう！	生年月日:非公開 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:キックボクシング5年 宜しくお願い致します。

COMING SOON

COMING SOON

柳 冴香	井谷 ショウ
生年月日:非公開 指導クラス:有酸素ボクシング、キックボクシング 格闘技歴:キックボクシング2年 宜しくお願い致します。	20003年1月26日 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:キックボクシング5年 宜しくお願い致します。