



【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 モーニングキックボクシング 岡本 貴功(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 岩崎 陣也(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 丹野 翔(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 岡本 貴功(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 安藤 武尊(無料体験) 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12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。	
8	8:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 丹野 翔 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥		
9	9:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 岩崎 陣也(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 丹野 翔(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 安藤 武尊(無料体験) 難易度★ 強度♥		
10	10:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 丹野 翔 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 安藤 武尊 難易度★ 強度♥		
11	11:00 初心者ボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	11:00 ダイエットキックボクシング 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥	11:00 ダイエットキックボクシング 丹野 翔 難易度★ 強度♥	11:00 護身術 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	11:00 自由練習&ミット2R 安藤 武尊 難易度★ 強度♥~♥♥♥		
12	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 初心者キックボクシング 丹野 翔 難易度★ 強度♥	12:10 初心者キックボクシング 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥
13	13:00 初心者キックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 岩崎 陣也(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング 丹野 翔 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥
14	14:00 ダイエットキックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットキックボクシング 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	14:00 ハタヨガ 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットキックボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 丹野 翔 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥
15	15:00 初心者キックボクシング 安藤 武尊(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初級フィジカル 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥♥♥	15:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	15:00 護身術 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 丹野 翔 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥
16	16:00 ダイエットキックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 太田 勝弘(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 初心者キックボクシング 丹野 翔 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥
17	17:00 コンビネーションミット 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	17:00 コンビネーションミット 太田 勝弘 難易度★ 強度♥	17:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	17:00 コンビネーションミット 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 自主練習&ミット2R 丹野 翔 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自主練習&ミット2R 岩崎 陣也 難易度★ 強度♥~♥♥♥
18	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	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 ハタヨガ 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close	
19	19:00 ダイエットキックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 太田 勝弘(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功(無料体験) 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、時間間隔と変更されることとあります。 snsで告知しますのでご確認の上ご来店ください。	
20	20:00 初心者キックボクシング 安藤 武尊(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 中級キックボクシング 太田 勝弘 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 安藤 武尊(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 コンビネーションミット 岡本 貴功 難易度★ 強度♥		
21	21:00 ストレッチ&フィジカル 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 太田 勝弘 難易度★ 強度♥	21:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	21:00 初心者総合格闘技 安藤 武尊 難易度★ 強度♥♥♥	21:00 中級キックボクシング 岡本 貴功 難易度★★ 強度♥♥		
22	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 太田 勝弘 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 安藤 武尊 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 岡本 貴功 難易度★ 強度♥~♥♥♥		
23	22:45class ends 23:00 close						



安藤 武尊

1997年12月6日(25)
指導クラス:キックボクシング MMA フィジカル
格闘技歴:レスリング18年 空手5年
みんなで頑張りましょう！



岡本貴功

12月24日(年齢非公開)
指導クラス:ボクシング 護身術 ヨガ
格闘技歴: 合気道9年 ヨガ3年 MMA3年
楽しく健康に過ごすお手伝いをいたします！

COMING SOON

永山 拓郎

1998年1月24日(25)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:空手17年
押忍！！



太田勝弘

11月6日(年齢非公開)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:ムエタイ 軍隊格闘 カリ シラット
いいフォームを大事に格闘技の楽しさを教えます。



岩崎 障也

1998年5月7日(25)
指導クラス:キックボクシング フィジカル
格闘技歴:レスリング7年
カこそ正義！



丹野 翔

1996年12月1日(26)
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1年半
みんなで良い汗流しましょう！