



★ファイトフィット津田沼 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 モーニングキックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 湯本 真央(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 空手 湯本 真央 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング リンダ 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング リンダ 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 湯本 真央 難易度★ 強度♥	9:00open 9:10start		8		
9	9:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 真央 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 真央 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	初心者キックボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	自主練習&ミット2R 無料体験 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥	9	
10	10:00 ダイエットキックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者ボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者キックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	初心者ボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥	自主練習&ミット2R 無料体験 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥	10	
11	11:00 30分キックボクシング 湯本 真央★♥	11:00 30分キックボクシング リンダ★♥	11:00 30分キックボクシング ★♥	11:00 30分キックボクシング リンダ	11:00 30分キックボクシング 湯本 真央★♥	11:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	ダイエットキックボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥	自主練習&ミット2R 無料体験 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥	11	
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 キックボクシング無料体験限定 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥	12:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	12:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	12	
13	13:00 ダイエットキックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 星野 公彌(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 燃焼HIIT 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	13:00 燃焼HIIT 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥		13	
14	14:00 初心者キックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 星野 公彌(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	14	
15	15:00 コンビネーションミット 湯本 真央 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット リンダ 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 土井 賢 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット リンダ 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	15	
16	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 土井 賢 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 星野 公彌 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	16	
17	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 中級キックテクニク 吉田 貴幸・湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	17:00 中級キックテクニク 湯本 和真・星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	17:00 中級キックテクニク 湯本 和真・星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	17	
18	18:00 初心者キック体験優先 湯本 和真 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キックボクシング 小島 卓也 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キック体験優先 湯本 和真 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キック体験優先 杉田 大樹 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キック体験優先 星野 公彌 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close		18:00 初心者キック体験優先 星野 公彌 難易度★ 強度♥	18	
19	19:00 初心者ボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 小島 卓也(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 杉田 大樹 難易度★ 強度♥♥	19:00 コンビネーションミット 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	※テクニククラスは、 ディフェンス練習をメインにした対人練習です。		19:00 初心者ボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥	19	
20	20:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者ボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 杉田 大樹(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 星野 公彌(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			20:00 初心者ボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥	20	
21	21:00 中級キックテクニク 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 パンチ打ち込み 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニク 杉田 大樹 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者ボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥			21:00 初心者ボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥	21	
22	22:30 自主練習&ミット2R	22:00 自主練習&ミット2R 小島 卓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:30 自主練習&ミット2R 杉田	22:00 自主練習&ミット2R 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22:00 自主練習&ミット2R 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22	
23	22:45class ends 23:00 close									23

		
湯本 和真	土井 賢	星野 公彌
1996年2月5日(26歳) 指導クラス:キックボクシング、ボクシング 格闘技歴:ボクシング7年 楽しく格闘技しましょう！	1987年8月28日(35) 指導クラス:ボクシング、キックボクシング 格闘技歴:ボクシング5年 一緒に頑張りましょう！	1987年1月23日(35歳) 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 丁寧に指導していきます！
		
吉田 貴幸	リンダ	小島 卓也
1985年7月7日(37歳) 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7年 一緒に和気藹々楽しく運動してみませんか？	1981年5月31日(41歳) 指導クラス:キックボクシング、ボクシング 格闘技歴:ボクシング15年 パンチのコンビネーションが得意です。	1991年7月21日(31歳) 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7年 ご来店お待ちしております。
COMING SOON		
		
湯本 真央	杉田 大樹	
2001年12月14日(20歳) 指導クラス:ボクシング 格闘技歴:ボクシング3年 楽しくボクシングしましょう！	1987年10月31日(35歳) 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15年 質の高い指導を心掛けています。	