



# ★ファイトフィット溝ノ口 12月時間割★

JR線「溝ノ口駅」から徒歩3分！2021年9月13日オープン！

まるまる0円無料プラン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 平日7:00~23:00 土曜・日曜12:00~18:00(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

|    | 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<br>児玉 誉主矢★         | 7:10 モーニングキックボクシング<br>児玉 誉主矢★         | 7:10 モーニングキックボクシング<br>藤林 慶之★         | 7:10 モーニングキックボクシング<br>西田 浩樹★         | 7:10 モーニングキックボクシング<br>國金 慎太郎★         | ※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。<br>対人練習を行う場合は、必ずインストラクター<br>の管理のもと行ってください。<br><br>無料体験実施中！！<br>体験予約はWEBから！！<br><br>12:00 open 12:10 start                        |                                       | 7  |
| 8  | 8:00 超初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢(無料体験)★    | 8:00 超初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢(無料体験)★    | 8:00 超初心者キックボクシング<br>藤林 慶之(無料体験)★    | 8:00 超初心者キックボクシング<br>西田 浩樹★(無料体験)    | 8:00 超初心者キックボクシング<br>國金 慎太郎(無料体験)★    |  |                                       | 8  |
| 9  | 9:00 初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢★           | 9:00 初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢★           | 9:00 初心者キックボクシング<br>藤林 慶之★           | 9:00 初心者キックボクシング<br>西田 浩樹★           | 9:00 初心者MMA<br>國金 慎太郎★                |  |                                       | 9  |
| 10 | 10:00 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 児玉 誉主矢★ | 10:00 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 児玉 誉主矢★ | 10:00 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 藤林 慶之★ | 10:00 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 西田 浩樹★ | 10:00 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 國金 慎太郎★ |  |                                       | 10 |
| 11 | 11:00 ダイエットキックボクシング<br>児玉 誉主矢★        | 11:00 ダイエットキックボクシング<br>児玉 誉主矢★        | 11:00 ダイエットキックボクシング<br>藤林 慶之★        | 11:00 ダイエットキックボクシング<br>西田 浩樹★        | 11:00 寝技初心者<br>國金 慎太郎★                |  |                                       | 11 |
| 12 | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在         | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在         | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在        | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在        | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在         | 12:10 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 西田 浩樹★   | 12:10 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 児玉 誉主矢★ | 12 |
| 13 | 13:00 超初心者キックボクシング<br>(無料体験)★         | 13:00 超初心者キックボクシング<br>千葉 皓敬(無料体験)★    | 13:00 超初心者キックボクシング<br>千葉 皓敬(無料体験)★   | 13:00 超初心者キックボクシング<br>(無料体験)★        | 13:00 超初心者キックボクシング<br>國金 慎太郎(無料体験)★   | 13:00 ダイエットキックボクシング<br>西田 浩樹★  | 13:00 ダイエットキックボクシング<br>児玉 誉主矢★        | 13 |
| 14 | 14:00 キック STEPUPクラス<br>千葉 皓敬★         | 14:00 キック STEPUPクラス<br>千葉 皓敬★         | 14:00 キック STEPUPクラス<br>千葉 皓敬★        | 14:00 キック STEPUPクラス<br>児玉 誉主矢★       | 14:00 キック STEPUPクラス<br>國金 慎太郎★        | 14:00 初級フィジカル<br>西田 浩樹★  | 14:00 初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢★          | 14 |
| 15 | 15:00 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 千葉 皓敬★  | 15:00 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 千葉 皓敬★  | 15:00 キックボクシング無料体験<br>初回体験者限定 千葉 皓敬★ | 15:00 ダイエットキックボクシング<br>児玉 誉主矢★       | 15:00 初心者MMA<br>國金 慎太郎★               | 15:00 キック STEPUPクラス<br>西田 浩樹★  | 15:00 キック STEPUPクラス<br>児玉 誉主矢★        | 15 |
| 16 | 16:00 初心者キックボクシング<br>千葉 皓敬★           | 16:00 初心者キックボクシング<br>千葉 皓敬★           | 16:00 初心者キックボクシング<br>千葉 皓敬★          | 16:00 初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢          | 16:00 初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢           | 16:00 超初心者キックボクシング<br>西田 浩樹★(無料体験)   | 16:00 超初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢(無料体験)★   | 16 |
| 17 | 17:00 ストレッチ<br>千葉 皓敬★                 | 17:00 寝技初心者<br>千葉 皓敬★                 | 17:00 寝技初心者<br>千葉 皓敬★                | 17:00 超初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢(無料体験)★  | 17:00 超初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢(無料体験)★   | 17:00 自由練習&ミット★<br>西田 浩樹★  | 17:00 自由練習&ミット★<br>児玉 誉主矢★            | 17 |
| 18 | 18:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在         | 18:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在         | 18:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在        | 18:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在        | 18:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在         | 17:45クラス終了 18:00close  |                                       | 18 |
| 19 | 19:00 超初心者キックボクシング<br>千葉 皓敬(無料体験)★    | 19:00 ジャズダンス入門<br>Ayumi★              | 19:00 ダイエットキックボクシング<br>國金 慎太郎★       | 19:00 ダイエットキックボクシング<br>児玉 誉主矢★       | 19:00 ダイエットキックボクシング<br>児玉 誉主矢★        | ※新型コロナウイルス感染予防の為、<br>原則お一人様1時間の練習とさせていただきます。<br>(1クラス45分間)<br><br>※また、人数制限 <b>14</b> 名までとさせていただきます。<br>予約は不要ですが、万が一一定員に達した際は、<br>次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。 |                                       | 19 |
| 20 | 20:00 ダイエットキックボクシング<br>千葉 皓敬★         | 20:00 ヒップホップフィット<br>Ayumi★(無料体験)      | 20:00 初心者キックボクシング<br>國金 慎太郎★         | 20:00 初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢          | 20:00 初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢           |  |                                       | 20 |
| 21 | 21:00 寝技初心者<br>千葉 皓敬★                 | 21:00 超初心者キックボクシング<br>千葉 皓敬(無料体験)★    | 21:00 初心者MMA<br>國金 慎太郎★              | 21:00 超初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢(無料体験)★  | 21:00 超初心者キックボクシング<br>児玉 誉主矢(無料体験)★   |  |                                       | 21 |
| 22 | 22:00 自由練習&ミット★<br>千葉 皓敬★             | 22:00 自由練習&ミット★<br>千葉 皓敬★             | 22:00 自由練習&ミット★<br>國金 慎太郎★           | 22:00 自由練習&ミット★<br>児玉 誉主矢★           | 22:00 自由練習&ミット★<br>児玉 誉主矢★            |  |                                       | 22 |
| 23 | 22:45クラス終了 23:00close                 |                                       |                                      |                                      |                                       |  |                                       |    |



**児玉 誉主矢**

2000年7月18日(21)  
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!



**西田 浩樹**

1998年8月19日(23)  
指導クラス:キックボクシング、ボクシング  
格闘技歴:空手、キックボクシング  
よろしくお願い致します。



**千葉 皓慶**

1992年10月5日(29)  
指導クラス:キックボクシング、寝技  
戦績:AUS ICHIGEKI OPEN 2位  
格闘技で日本を健康に!



**國金 慎太郎**

1993年12月5日(28)  
指導クラス:総合格闘技  
格闘技歴:5年  
是非来てみてください!

# ★ファイトフィット溝ノ口 記載事項★

## 【注意事項】

- ・(中継あり)と記載された時間はオンラインでもご視聴いただけます。  
※定点カメラをインストラクターのみが映るように設置しますが、ご参加頂いている会員様が映り込んでしまう可能性もございます。あらかじめご了承ください。
- ・ファイトフィット店では、マスパーリングを含むスパーリングは禁止です。対人練習を行う場合はインストラクターの管理のもと行ってください。
- ・コロナウィルス感染予防の為、おひとり様1時間滞在、1クラス45分間人数制限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、定員に達した場合は、次のクラスまでお待ちいただく場合がございます。
- ・ファイトフィット店では、マスパーリングを含むスパーリングは禁止です。対人練習を行う場合はインストラクターの管理のもと行ってください。

## 【ステップアップクラス日程】

月曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

火曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

水曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

木曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

金曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

土曜 ・15:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

日曜 ・15:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

## 【勤務スタッフ、パーソナル日程】

- ※オンラインクラスは、トイカツ道場のラインアプリからのみ、ご予約が可能です。  
パーソナルレッスンは平日7:00～19:00のみですが、個別の対応可能時間・店舗・競技は、LINEアプリのパーソナルレッスンの各インストラクターの項目からご確認ください。
- ※ お値段は、《30分3,300円、60分6,600円、90分9,900円、120分13,200円(税込)》の中から選択が可能です。  
お支払いはクレジットカードのみです。現金、電子マネーなどでのお支払いはできません。

◇担当者名