



★ファイトフィット戸塚 5月時間割★

JR線「戸塚駅」から徒歩3分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！
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 和田 拓也★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 福岡 未来★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 福岡 未来★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 吉村 涼句★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 福岡 未来★(無料体験)	・火曜日15:00～16:00自由練習は インストラクター不在になります。		7
8	8:00 超初心者キックボクシング 和田 拓也★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 福岡 未来★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 福岡 未来★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 吉村 涼句★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 福岡 未来★(無料体験)			8
9	9:00中級ダイエットキックボクシング 和田 拓也★★	9:00中級ダイエットキックボクシング 福岡 未来★★	9:00中級ダイエットキックボクシング 福岡 未来★★	9:00中級ダイエットキックボクシング 吉村 涼句★★	9:00中級ダイエットキックボクシング 福岡 未来★★	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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。		9
10	10:00 超初心者キックボクシング 和田 拓也★(無料体験)	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 福岡 未来★	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 福岡 未来★	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 吉村 涼句★	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 福岡 未来★			無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！
11	11:00 キック STEPUPクラス 和田 拓也★	11:00 キック STEPUPクラス 福岡 未来★	11:00 キック STEPUPクラス 福岡 未来★	11:00 キック STEPUPクラス 吉村 涼句★	11:00 キック STEPUPクラス 福岡 未来★	12:00 open 12:10 start		
12	12:00 中級キックテクニク 和田 拓也★	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			12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 吉村 涼句★
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 福岡 未来★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 吉村 涼句★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 宮崎 響★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 吉村 涼句★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 水口 健太★(無料体験)	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 福岡 未来★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 吉村 涼句★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 宮崎 響★(無料体験)	14:00 ダイエットキックボクシング 吉村 涼句★(無料体験)	14:00 ダイエットキックボクシング 水口 健太★	14
15	15:00 初心者総合クラス 菱沼 郷★	15:00 自由練習 ★	15:00 超初心者ボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	15:00 初心者空手 吉村 涼句★	15:00 ダイエットキックボクシング 宮崎 響★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 吉村 涼句★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 水口 健太★(無料体験)	15
16	16:00 超初心者 菱沼 郷★(無料体験)	16:00 コンディショニングヨガ Machiko★	16:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	16:00 護身術 小曽根 広泰★	16:00 超初心者キックボクシング 宮崎 響★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 吉村 涼句★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 水口 健太★	16
17	17:00 寝技初心者 菱沼 郷★	15:00 パワーヨガ Machiko★★	17:00 キッズキックボクシング 菱沼 郷★(体験優先)	17:00 キッズキックボクシング 小曽根 広泰★(体験優先)	17:00中級ダイエットキックボクシング 宮崎 響★★	17:00 キック STEPUPクラス 吉村 涼句★	17:00 ボクシングSTEP UPクラス 水口 健太★	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 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	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 菱沼 郷★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング SHU★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小曽根 広泰★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	・キッズクラスは小学生が対象です(親子会員様は参加可能) ・初回体験者限定は既存会員様のレッスンはありません。 ・ヨガクラスでのサンドバック、ミットはご遠慮ください。 ・女性インストラクター、怪我をしているインストラクター はミット受けをお断りする場合がございます。		19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング SHU★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 小曽根 広泰★(無料体験)	20:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷★(無料体験)			20
21	21:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	21:00 中級キックテクニク 菱沼 郷★★	21:00 初心者キックボクシング SHU★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰★(無料体験)	21:00 中級ボクシングテクニク 菱沼 郷★★	※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。”		21
22	22:00 自由練習&ミット2R 菱沼 郷★	22:00 自由練習&ミット2R 菱沼 郷★	22:00 自由練習&ミット2R SHU★	22:00 自由練習&ミット2R 小曽根 広泰★	22:00 自由練習&ミット2R 菱沼 郷★			22
23	22:45クラス終了 23:00close							23

ZX



宮崎 馨
 7月17日
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:空手歴10年
 一緒に楽しくトレーニングしましょう！



水口 健太
 1995年12月19日(26)
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング
 格闘技歴:11年
 格闘技を通じて健康的になれる様に指導します



和田 拓也
 1992年6月30日(29)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:キックボクシング歴8年
 楽しく格闘技しましょう！



福岡 未来
 2001年5月27日(21)
 指導クラス:キックボクシング、総合格闘技
 格闘技歴:空手歴9年 総合格闘技1年
 継続は力なり、理想の自分になりましょう



Machiko
 1985年10月30日(36)
 指導クラス:ヨガ
 ヨガインストラクター
 体を動かして心も体も健康に過ごしましょう



小曾根 広泰
 1980年3月10日(42)
 指導クラス:キックボクシング、護身術
 格闘歴:空手7年、合気道 弐段
 楽しく動いて健康になりましょう！



吉村 涼句
 1998年8月11日(23)
 指導クラス:空手、キックボクシング
 空手歴:15年
 丁寧に指導していきます！



菱沼 郷
 1978年9月19日(43)
 指導クラス:キックボクシング、総合
 格闘歴:総合格闘技15年
 強く健康で幸せになりましょう！



SHU
 11月5日
 指導クラス:キックボクシング
 格闘歴:12年
 一緒に格闘技を楽しみましょう！

COMING SOON

★ファイトフィット戸塚 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。
- ・コロナウイルス感染予防の為、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 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

火曜 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

水曜 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

木曜 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

金曜 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

土曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4)

日曜 ・17:00(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** 対応可能競技名・対応可能曜日・時間等の詳細はLINEアプリにてご確認ください。

菱沼郷

SHU