



# ★ファイトフィット自由が丘 7月時間割★

「自由が丘駅」から徒歩5分！2019年4月7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12:00~18:00 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 藤井 重綺★	7:10 モーニングキックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 新井 一世★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 秋山 泰駕★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 秋山 泰駕★	※人数制限16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際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます  12:00 open 12:10クラス開始		7		
8	8:00 キック STEP UPクラス 藤井 重綺★	8:00 キック STEP UPクラス 小倉 峻★	8:00 キック STEP UPクラス 新井 一世★	8:00 超初心者ボクシング 秋山 泰駕★	8:00 超初心者ボクシング 秋山 泰駕★(無料体験)			8		
9	9:00 キックボクシング無料体験限定 藤井 重綺★	9:00 超初心者キックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 新井 一世★	9:00 初心者ボクシング 秋山 泰駕★(無料体験)	9:00 初心者ボクシング 秋山 泰駕★			9		
10	10:00 ダイエットキックボクシング 藤井 重綺★	10:00 ダイエットキックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 新井 一世★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 秋山 泰駕★	10:00 ダイエットボクシング 秋山 泰駕★(無料体験)			10		
11	11:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★	11:00 超初心者キックボクシング 小倉 峻★	11:00 超初心者キックボクシング 新井 一世★	11:00 ボクシング STEPUPクラス 秋山 泰駕★	11:00 ボクシング STEPUPクラス 秋山 泰駕★			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			12:10 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	12:10 初心者キックボクシング 重吉 史斗★	12
13	13:00 超初心者ボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	13:00 キックボクシング無料体験限定 小倉 峻★	13:00 ダイエットキックボクシング 新井 一世★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 秋山 泰駕★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 関口 祐冬★(無料体験)			13:00 中級キックボクシング 重吉 史斗★★	13:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	13
14	14:00 中級ボクシング 藤井 重綺★★	14:00 初級フィジカル 小倉 峻★	14:00 中級ムエタイテクニック 新井 一世★★	14:00 超初心者ボクシング 秋山 泰駕★	14:00 寝技初心者 関口 祐冬★			14:00 キックボクシング無料体験限定 重吉 史斗★	14:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 関口 祐冬★(無料体験)			15:00 初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15:00 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング ★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 関口 裕冬★			16:00 中級キックボクシング 重吉 史斗★★	16:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	16
17	17:00 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	17:00 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	17:00 キック STEP UPクラス 関口 祐冬★			17:00 自由練習&ミット2R 重吉 史斗★	17:00 自由練習&ミット2R 重吉 史斗★	17
18	18:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	18:00 ボクシング STEPUPクラス 藤井 重綺★	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、フリー終了 18:00close		18		
19	19:00 フリートレーニング インストラクター不在	19:00 有酸素キックボクシング 藤井 重綺★	19:00 超初心者キックボクシング 石川 奈未★	19:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)			19		
20	20:00 ダイエットキックボクシング 佐田 貴章★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング ★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング 石川 奈未★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)			20		
21	21:00 超初心者キックボクシング 佐田 貴章★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 時岡 孝成★(無料体験)	21:00 中級キックボクシング 宇川 徹★★	21:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	21:00 中級キックボクシング ★★			21		
22	22:00 自由練習&ミット2R 佐田 貴章★	22:00 自由練習&ミット2R ★	22:00 自由練習&ミット2R 宇川 徹★	22:00 自由練習&ミット2R 重吉 史斗★	22:00 自由練習&ミット2R 宇川 徹★			22		
23	22:45クラス終了 23:00 close							23		



**藤井 重綺**

1995年11月17日(26歳)

指導クラス:キックボクシング

競技歴:ボクシング14年、キックボクシング1年

楽しく格闘技しましょう！



**秋山 泰駕**

1979年10月6日(42)

指導クラス:ボクシング、キックボクシング

競技歴:ボクシング15年、キックボクシング4年、空手3年

格闘技の魅力をお伝えします！！



**重吉 史斗**

1982年10月14日(39)

指導クラス:キックボクシング

競技歴:キックボクシング10年

丁寧に指導していきます！

COMING SOON

**佐田 貴章**

1986年8月13日(35)

指導クラス:キックボクシング

競技歴:ムエタイ10年

皆様のご参加お待ちしております！！

COMING SOON



**小倉 峻**

生年月日非公開

指導クラス:キックボクシング、フィジカル

競技歴:キックボクシング2年

楽しい雰囲気ならお任せあれ！！

COMING SOON

**時岡 孝成**

1994年8月1日(27)

指導クラス:キックボクシング

競技歴:様々なこと9年

楽しんでいただけるように頑張ります！

**新井 一世**

生年月日:非公開

指導クラス:キックボクシング、ムエタイ

競技歴:非公開

ご来店お待ちしております。



**石川 奈未**

1980年4月22日(41)

指導クラス:キックボクシング

競技歴:キックボクシング1年、カポエイラ2年

身体作りから実戦まで幅広く指導します

COMING SOON



**宇川 徹**

1993年04月23日(29)

指導クラス:キックボクシング

競技歴:空手5年、キックボクシング8年

出現率少なめです！お待ちしております！

**関口 祐冬**

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！

# ★ファイトフィット自由が丘 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16名までとさせていただきます。(制限人数に達していない場合は練習可能です)  
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 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

火曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

水曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

木曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

金曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

土曜 第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4

日曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

## 【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。

重吉 史斗