



★ファイトフィット戸塚 10月時間割★

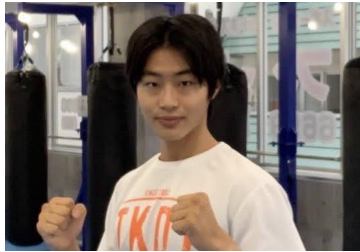
【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00(年中無休)

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

【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 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 宮崎 響(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 福岡 未来(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。						7						
	8:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 宮崎 響(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥							8						
9:00 中級ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★★ 強度♥♥♥	9:00 中級ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★★ 強度♥♥♥	9:00 中級ダイエットキックボクシング 宮崎 響 難易度★★ 強度♥♥♥	9:00 中級ダイエットキックボクシング 吉村 涼句 難易度★★ 強度♥♥♥	9:00 中級ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★★ 強度♥♥♥	9													
無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!												10						
10:00 キックボクシング無料体験限定 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 福岡 未来 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 宮崎 響 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 福岡 未来 難易度★ 強度♥	12:00open 12:10start						11							
11:00 キックSTEP UP 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	11:00 キックSTEP UP 福岡 未来 難易度★ 強度♥	11:00 キックSTEP UP 宮崎 響 難易度★ 強度♥	11:00 キックSTEP UP 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	11:00 キックSTEP UP 福岡 未来 難易度★ 強度♥							11							
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 キックボクシング無料体験限定 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	12:10 キッズキックボクシング 水口 健太(無料体験) 難易度★ 強度♥						12						
13:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 宮崎 響(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	13:00 キックSTEP UP 吉村 涼句 難易度★ 強度♥							13:00 ボクシングSTEP UP 水口 健太 難易度★ 強度♥	13					
14:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 宮崎 響(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットキックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットボクシング 水口 健太 難易度★★ 強度♥♥						14						
15:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ヨガ+体幹トレーニング Machiko 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 空手 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 宮崎 響(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥							15:00 初心者キックボクシング 水口 健太(無料体験) 難易度★ 強度♥	15					
16:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	16:00 キックのためのヨガ Machiko 難易度★ 強度♥	16:00 ノーギ柔術初心者 福岡 未来 難易度★ 強度♥	16:00 護身術 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 宮崎 響(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 水口 健太(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥						16						
17:00 ダイエットキックボクシング 難易度★★ 強度♥♥	17:00 キックのためのヨガ Machiko 難易度★★ 強度♥♥	17:00 キッズキックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 キッズキックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 空手 宮崎 響 難易度★ 強度♥	17:00 自由練習 吉村 涼句 難易度★ 強度♥							17:00 自由練習 水口 健太 難易度★ 強度♥	17					
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	17:45class ends 18:00close						18							
19:00 初心者ボクシング 長谷部 友和(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 長谷部 友和(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング SHU(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥							19							
20:00 ダイエットボクシング 長谷部 友和 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 長谷部 友和 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング SHU 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★ 強度♥♥	※ファイトフィットはマスマスパー、 スパリング等禁止となっております。 ※個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、時間割と 変更される場合がございます。 ※必ず告知しますので二重確認の上来店ください。 ※キッズクラスは小学生が対象です。 (中学生会員様は参加可) ※無料体験は既存会員様のレッスンはありません。 ※30分クラスでのサンドバッグ、ミット、綱結びはご遠慮ください。 ※女性スタッフ、専業主婦をしているスタッフ、スタッフより体が大きい会員様 のミット受けはお断りする場合がございます。						20							
21:00 初心者ボクシング 長谷部 友和(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 長谷部 友和(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング SHU(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 中級ボクシングテクニク 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥							21							
22:00 自由練習&ミット2R 長谷部 友和 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 長谷部 友和 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R SHU 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 菱沼 郷 難易度★ 強度♥~♥♥♥							22							
22:45class ends 23:00 close												23						



宮崎 響

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



長谷部 友和

1976年4月18日(46)
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
格闘技歴:15年
格闘技+体幹とストレッチで健康になりましょう!



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

COMING SOON

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!



吉村 涼句

1998年8月11日(24)
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(44)
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!



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 武段
楽しく動いて健康になりましょう!

★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 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

火曜 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

水曜 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

木曜 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

金曜 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

土曜 ・13:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level.4)

日曜 ・13:00(第1週-level.1、第2週-level2、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。