



# ★ファイトフィット柏 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 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 土井 賢 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 土井 賢 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19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 初心者キックボクシング 荒井 雅人(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 キックSTEP UP 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	8:00 キックSTEP UP 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 ボクシングSTEP UP 土井 賢 難易度★ 強度♥			8
9	9:00 キックボクシング無料体験限定 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	9:00 ダイエットキックボクシング 荒井 雅人 難易度★ 強度♥♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	9:00 ダイエットキックボクシング 土井 賢 難易度★ 強度♥	9:00 ダイエットキックボクシング 土井 賢 難易度★ 強度♥			9
10	10:00 初心者キックボクシング 荒井 雅人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 英会話空手 エリザベス 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットキックボクシング 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	10:00 グループキックミット 土井 賢 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 藤井 連 難易度★ 強度♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		10
11	11:00 キックSTEP UP 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	11:00 英会話空手 エリザベス 難易度★ 強度♥	11:00 中級キックテクニック 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	11:00 初級キックテクニック 土井 賢 難易度★ 強度♥	11:00 中級キックテクニック 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥			12:00open 12:10start
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 キックボクシング無料体験限定 土井 賢 難易度★ 強度♥	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 藤井 連 難易度★ 強度♥	12:10 キックボクシング無料体験限定 荒井 雅人(無料体験) 難易度★ 強度♥	12
13	13:00 キックボクシング無料体験限定 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 藤井 連 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 藤井 連 難易度★ 強度♥	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 キックボクシング無料体験限定 藤井 連 難易度★ 強度♥	13:00 キックSTEP UP 藤井 連 難易度★ 強度♥	13:00 キックSTEP UP 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 初級フィジカル 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	14:00 中級フィジカル 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	14:00 グループキックミット 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	14:00 中級フィジカル 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	14:00 初級キックテクニック 藤井 連 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットキックボクシング 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 荒井 雅人 難易度★★ 強度♥♥	14
15	15:00 初心者キックボクシング 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初級キックテクニック 藤井 連 難易度★ 強度♥	15:00 グループキックミット 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者総合 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 グループキックミット 荒井 雅人 難易度★ 強度♥♥	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者総合 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者総合 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 中級キックテクニック 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	16:00 初級キックテクニック 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 初級キックテクニック 藤井 連 難易度★ 強度♥	17:00 中級キックテクニック 藤井 連 難易度★★ 強度♥	17:00 自由練習&ミット2R 藤井 連 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 キックボクシング無料体験限定 藤井 連 難易度★ 強度♥	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 自由練習&ミット2R 藤井 連 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 荒井 雅人 難易度★ 強度♥~♥♥♥	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 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close		18
19	19:00 初心者キックボクシング 竹達 勝之 難易度★ 強度♥	19:00 キックSTEP UP 野津 良太 難易度★ 強度♥	19:00 グループキックミット 難易度★★ 強度♥♥	19:00 キックSTEP UP 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥	※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。  ※中級テクニックはディフェンス練習をメインにした対人練習です。		19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 竹達 勝之 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 野津 良太(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 藤井 連 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			20
21	21:00 中級キックテクニック 竹達 勝之 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニック 野津 良太 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニック 岡本 義都 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニック 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニック 岡本 義都 難易度★★ 強度♥♥			21
22	22:00 自由練習&ミット2R 竹達 勝之 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 野津 良太 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 岡本 義都 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 藤井 連 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 岡本 義都 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23



**藤井 連**  
 1998年7月28日(24)  
 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  
 楽しく格闘技しましょう！



**岡本 義都**  
 1999年8月2日(23)  
 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3年  
 格闘技で楽しく身体を鍛えましょう



**野津 良太**  
 1987年6月18日(35)  
 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  
 キックボクシングの事なら気軽に質問してください



**山下 エリザベス**  
 非公開  
 指導クラス:空手  
 格闘技歴:空手10年  
 一生懸命練習して、最高のリフレッシュ



**土井賢**  
 1987年8月28日(35)  
 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、キックボクシング  
 一緒に楽しくキックボクシングしましょう！

COMING SOON

**竹達 勝之**  
 1993年11月17日(28)  
 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4年  
 楽しく体を一緒に動かしましょう

COMING SOON

**荒井 雅人**  
 1994年4月26日(28)  
 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  
 楽しく運動しましょう

# ★ファイトフィット柏 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17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。

## 【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。