



# ★ファイトフィット錦糸町 9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 モーニングボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング 鈴木 優志(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14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。	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	7		
8	8:00 初心者ボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング 漆原 季亮(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥			8		
9	9:00 中級者ボクシング 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥♥	9:00 中級者ボクシング 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥♥	9:00 キックSTEP UP 漆原 季亮 難易度★ 強度♥	9:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシングSTEP UP 鈴木 優志 難易度★ 強度♥			9		
10	10:00 ダイエットボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			10		
11	11:00 初心者ボクシング 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	11:00 初心者ボクシング 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	11:00 自由練習&ミット2R 漆原 季亮 難易度★ 強度♥~♥♥♥	11:00 自由練習&ミット2R 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥	11:00 初心者ボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥			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 キックボクシング無料体験限定 福里 凱亜 難易度★ 強度♥	12:10 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	12
13	13:00 中級者ボクシング 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥♥	13:00 中級者ボクシング 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥♥	13:00 初心者ボクシング 漆原 季亮(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 中級者ボクシング 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥♥	13:00 中級者ボクシング 鈴木 優志 難易度★★ 強度♥♥			13:00 初心者キックボクシング 福里 凱亜 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 ボクシングSTEP UP 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 ボクシングSTEP UP 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 ボクシングSTEP UP 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			14:00 ダイエットキックボクシング 福里 凱亜(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14
15	15:00 自由練習&ミット2R 鈴木 優志 難易度★ 強度♥~♥♥♥	15:00 自由練習&ミット2R 鈴木 優志 難易度★ 強度♥~♥♥♥	15:00 自由練習&ミット2R 漆原 季亮 難易度★ 強度♥~♥♥♥	15:00 初心者ボクシング 鈴木 優志 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング 鈴木 優志(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			15:00 キックSTEP UP 福里 凱亜 難易度★ 強度♥	15:00 キックSTEP UP 湯本 和真 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 ダイエットボクシング 鈴木 優志 難易度★ 強度♥♥	16:00 自由練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥			16:00 ダイエットキックボクシング 福里 凱亜(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 初心者ボクシング 水津 空良(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 鈴木 優志 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 福里 凱亜 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17
18	18:00 初心者キックボクシング 小島 卓也(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 ボクシングSTEP UP 水津 空良 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 小島 卓也(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 空手 水津 空良 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close		18		
19	19:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者ボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19	19			
20	20:00 初心者キックボクシング 小島 卓也 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 水津 空良 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 小島 卓也 難易度★ 強度♥	20:00 初心者ボクシング 難易度★★ 強度♥♥	20:00 初心者ボクシング 水津 空良 難易度★ 強度♥	※ヨガクラスの時間帯はサンドバック打ち、ミット打ちなどの大きな音の出るトレーニングはご遠慮下さいませようお願い申し上げます。		20		
21	21:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21	21			
22	22:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 水津 空良 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 水津 空良 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22	22			
23	22:45class ends 23:00 close					23	23			



**湯本 和真**

1996年2月5日(26)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:ボクシング歴7年  
楽しく格闘技しましょう!

**鈴木 優志**

1997年8月2日(25)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:10年  
格闘技で日本を健康に!

**水津 空良**

1999年8月30日(23)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:17年  
格闘技で日本を健康に!



**漆原 季亮**

1989年3月2日(33)  
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10年  
キックボクシングの基本的な動きを、  
分かりやすく教えるのが得意です!

**小島 卓也**

1991年7月21日(31)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:7年  
楽しく汗を流せるクラスを心がけてます。

# ★ファイトフィット錦糸町 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10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1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4、

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

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

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

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

平丸 勝基