



# ★ファイトフィット溝の口 11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

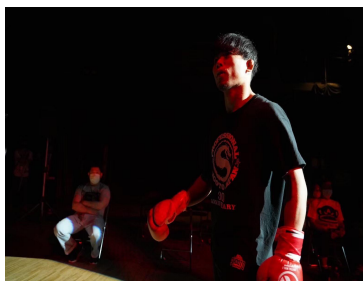
【クラス分類】 ■ボクシング ■キックボクシング ■柔術・寝技 ■総合格闘技 ■その他 ■無料体験

	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 yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 西田浩樹 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング ショウゴ 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。		7		
8	8:00 ヒップホップフィット yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 西田浩樹 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥			8		
9	9:00 初心者キックボクシング yamaguchi(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 西田浩樹 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥			9		
10	10:00 ヒップホップフィット yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 西田浩樹 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 ショウゴ 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 ショウゴ 難易度★ 強度♥			<b>無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！</b>		10
11	11:00 ダイエットボクシング yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 西田浩樹 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥					11
12	12:00 ヒップホップフィット yamaguchi 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	12:00 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	<b>12:00open 12:10start</b>		12		
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 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 関口 祐冬(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 関口 祐冬(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥	13		
14	14:00 キックSTEP UP ショウゴ 難易度★ 強度♥	14:00 キックSTEP UP 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	14:00 キックSTEP UP 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	14:00 キックSTEP UP 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	14:00 キックSTEP UP ショウゴ 難易度★ 強度♥	14:00 初級フィジカル ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	14		
15	15:00 キックボクシング無料体験限定 ショウゴ 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	15:00 初心者総合 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 ショウゴ 難易度★ 強度♥	15:00 キックSTEP UP ショウゴ 難易度★ 強度♥	15:00 キックSTEP UP 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	15		
16	16:00 初心者キックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥	16		
17	17:00 初心者キックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 初心者総合 関口 祐冬 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 自由練習 & ミット2R ショウゴ 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 中級キックテクニク 児玉 誉主矢 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 フリートレーニング インストラクター不在	<b>17:45class ends 18:00close</b>		18		
19	19:00 ダイエットキックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 國金 慎太郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 有酸素キックボクシング 柳 冨香 難易度★ 強度♥♥	19:00 有酸素キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥	<b>*ファイトフィットはマスパ、スパーリング等禁止となっております。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。*インストラクターの都合により、時間割と変更されることがあります。snsで告知しますので確認の上ご来店ください。</b>		19		
20	20:00 初心者キックボクシング ショウゴ 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 國金 慎太郎 難易度★ 強度♥	20:00 有酸素キックボクシング 柳 冨香 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥			20		
21	21:00 初心者キックボクシング ショウゴ(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 グループミット 難易度★ 強度♥	21:00 初心者総合 國金 慎太郎 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 柳 冨香 難易度★ 強度♥	21:00 中級キックテクニク 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥♥			21		
22	22:00 自由練習 & ミット2R ショウゴ 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習 & ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習 & ミット2R 國金 慎太郎 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習 & ミット2R 柳 冨香 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習 & ミット2R 児玉 誉主矢 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22		
23	<b>22:45class ends 23:00 close</b>							23		



COMING SOON

<p><b>児玉 誉主矢</b></p>	<p><b>西田 浩樹</b></p>	<p><b>柳 冴香</b></p>
<p>2000年7月18日(21) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:10年 格闘技を楽しみましょう!</p>	<p>1998年8月19日(23) 指導クラス:キックボクシング、ボクシング 格闘技歴:空手、キックボクシング よろしく願い致します。</p>	<p>11月2日 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:2年 よろしく願い致します。</p>



<p><b>國金 慎太郎</b></p>	<p><b>関口 祐冬</b></p>	<p><b>ショウゴ</b></p>
<p>1993年12月5日(29) 指導クラス:寝技、キックボクシング 格闘技歴:総合格闘技4年 寝技やキックボクシングのクラスを担当しています。</p>	<p>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!</p>	<p>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 宜しく願い致します。</p>

# ★ファイトフィット溝ノ口 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 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

火曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・21:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

水曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

木曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・21:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

金曜 ・14:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

土曜 ・15:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level.4)

日曜 ・15:00(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