

★ファイトフィット綱島 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 モーニングキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 小野 開生(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♥♥	※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、方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。		7
8	8:00 ダイエットキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 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♥♥			8
9	9:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			9
10	10:00 ダイエットキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 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♥♥		無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	10
11	11:00 キックSTEP UP 小野 開生 難易度★ 強度♥	11:00 キックSTEP UP 小野 開生 難易度★ 強度♥	11:00 キックSTEP UP 小野 開生 難易度★ 強度♥	11:00 キックSTEP UP 小野 開生 難易度★ 強度♥	11:00 空手 吉村 涼句 難易度★ 強度♥♥	12:00open 12:10start		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 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	12:10 初心者キックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	12
13	13:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13
14	14:00 初心者キックボクシング 小野 開生 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 小野 開生 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 足立 剛 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 照井 純一 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 小野 開生 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 有酸素ボクシング 照井 純一 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 小柴 汐音★(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 小柴 汐音★(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 小柴 汐音★(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 小柴 汐音★(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 キックSTEP UP 足立 剛 難易度★ 強度♥	16:00 キックSTEP UP 照井 純一 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音 難易度★ 強度♥♥	17:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音 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 初心者キックボクシング 小柴 汐音 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音 難易度★ 強度♥	17:00 自由練習&ミット2R 足立 剛 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 初心者キックボクシング 照井 純一 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 初心者キックボクシング 坂口 太志★(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 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	19:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 坂口 太志★ 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音★(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥	※ファイトフィットはマスパバーは禁止です。 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。		19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 小柴 汐音★(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 有酸素ボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 坂口 太志★(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小柴 汐音★ 難易度★ 強度♥	20:00 有酸素ボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥			20
21	21:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音★(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 グループミット 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 坂口 太志★ 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 小柴 汐音★(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 キックSTEP UP 照井 純一 難易度★ 強度♥			21
22	22:00 自由練習&ミット2R 小柴 汐音 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 照井 純一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 坂口 太志 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 小柴 汐音 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 照井 純一 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23



照井 純一

1980年7月21日(42)

指導クラス:キックボクシング 有酸素ボクシング

格闘技歴:キックボクシング6年

一緒に練習して上手くなりましょう！



小野 開生

1999年06月01日(23)

指導クラス:キックボクシング

ボクシング歴:2年、キックボクシング歴:2年

丁寧な説明を心がけています！

COMING SOON

小柴 紫音

2003日11月19日(18)

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9年

楽しいレッスンを心掛けます



吉村 涼句

1997年12月6日(24)

指導クラス:キックボクシング 空手

格闘技歴:空手12年

一緒に練習して上手くなりましょう！

COMING SOON

足立 剛

1977年11月11日(45)

指導クラス:キックボクシング

格闘技歴:ラーメン屋巡り

一緒に頑張りましょう

COMING SOON

坂口 太志

1989日1月5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5年

丁寧なレッスンを心掛けます

★ファイトフィット綱島 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ssql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。(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ssql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3週-level.2、第4週-level.3、第5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第5週-level.5
水曜	第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4第5週-level.5
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。