



★ファイトフィット本厚木 1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 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 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 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	<p>※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(5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。</p> <p style="text-align: center; background-color: red; color: white; padding: 5px;">無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!</p> <p style="text-align: center;">12:00open 12:10start</p>	7	
8	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 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	8:00 ダイエットキックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥		8	
9	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♥♥	9:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 平山 諒(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 吉村 涼句(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♥♥	10:00 初心者キックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者キックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者キックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥		10	
11	11:00 空手 吉村 涼句 難易度★ 強度♥♥	11:00 空手 吉村 涼句 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 平山 諒 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 平山 諒 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 平山 諒 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 荒川 直樹 難易度★ 強度♥	12:10 キックボクシング無料体験限定 和田 拓也 難易度★ 強度♥
13	13:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 平山 諒 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 平山 諒 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 平山 諒 難易度★ 強度♥♥		13:00 初心者キックボクシング 荒川 直樹(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 和田 拓也(無料体験) 難易度★ 強度♥♥
14	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 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 平山 諒(無料体験) 難易度★ 強度♥♥		14:00 ダイエットキックボクシング 荒川 直樹(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 和田 拓也 難易度★ 強度♥
15	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 コンビネーションミット 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 平山 諒 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 平山 諒 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 平山 諒 難易度★ 強度♥		15:00 コンビネーションミット 荒川 直樹 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 和田 拓也(無料体験) 難易度★ 強度♥♥
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 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 ダイエットキックボクシング 荒川 直樹(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 和田 拓也(無料体験) 難易度★ 強度♥♥
17	17:00 コンビネーションミット 濱道 亮太 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 清木場 哲生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 初心者ボクシング 濱道 亮太 難易度★ 強度♥♥	17:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥♥	17:00 初心者ボクシング 濱道 亮太 難易度★ 強度♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 荒川 直樹 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 和田 拓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	
18	18:00 初心者ボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 清木場 哲生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者ボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者ボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:45class ends 18:00close		
19	19:00 初心者ボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 清木場 哲生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者ボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	<p>※月曜日、火曜日の吉村涼句は女性インストラクターですので男性会員様のミット打ちはご遠慮ください。</p> <p>※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。</p>		
20	20:00 30分フィジカル 濱道 20:30 30分ボクシング 濱道 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 清木場 哲生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者ボクシング 濱道 亮太 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者ボクシング 濱道 亮太 難易度★ 強度♥♥	20	20	
21	21:00 初心者ボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング 清木場 哲生(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者ボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットボクシング 濱道 亮太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21	21	
22	22:00 自由練習&ミット2R 濱道 亮太 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 清木場 哲生 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 濱道 亮太 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 芳元 壱心 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 濱道 亮太 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22	22	
23	22:45class ends 23:00 close					23	23	



和田 拓也

1992年06月30日(29)
 指導クラス:キックボクシング
 キックボクシング歴8年
 楽しく格闘技しましょう!

COMING SOON

清木場哲生

生年月日:非公開
 指導クラス:キックボクシング
 競技歴:キックボクシング7年
 初心者の方でも楽しいレッスンにします!



吉村 涼句

1998年08月11日(23)
 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!

COMING SOON

芳元孝心

生年月日:非公開
 指導クラス:キックボクシング
 競技歴:キックボクシング2年
 初心者の方でも楽しいレッスンにします!



濱道 亮太

1983年09月25日(38)
 指導クラス:ボクシング
 ボクシング歴:20年
 お待ちしてます!

COMING SOON

荒川直樹

生年月日:非公開
 指導クラス:キックボクシング
 競技歴:キックボクシング9年
 初心者の方でも楽しいレッスンにします!



平山 諒

生年月日:非公開
 指導クラス:キックボクシング、総合格闘技
 格闘技歴10年以上
 お待ちしてます!

2020アマチュア修斗関東選手権準優勝
 2021アマチュア修斗関東選手権準優勝
 2021全日本アマチュア修斗選手権大会出場