



# ★ファイトフィット柏 5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 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♥	※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 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 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 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 コンビネーションミット 荒井 雅人 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 藤井 連 難易度★ 強度♥	9:00 ダイエットキックボクシング 荒井 雅人(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 藤井 連 難易度★ 強度♥			9	
10	10:00 ダイエットキックボクシング 荒井 雅人 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(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 コンビネーションミット 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットキックボクシング 藤井 連(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 コンビネーションミット 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 中級キックテクニク 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	11:00 初級キックテクニク 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	11:00 初級キックテクニク 藤井 連 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 キックボクシング無料体験限定 荒井 雅人 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	12:00open 12:10start	12		
13	13:00 キックボクシング無料体験限定 土井 賢 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 ダイエットキックボクシング 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	13	
14	14:00 初級フィジカル 土井 賢 難易度★ 強度♥♥	14:00 中級フィジカル 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 中級フィジカル 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 藤井 連(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 荒井 雅人(無料体験) 難易度★ 強度♥	14	
15	15:00 初心者キックボクシング 土井 賢(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 初級キックテクニク 藤井 連 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 コンビネーションミット 藤井 連 難易度★ 強度♥	15:00 初心者総合格闘技 藤井 連 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 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 土井 賢 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者総合格闘技 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(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16:00 中級キックテクニク 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(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16:00 中級キックテクニク 藤井 連 難易度★★ 強度♥♥	16:00 初級キックテクニク 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	16	
17	17:00 初心者キックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★★ 強度♥	17:00 中級キックテクニク 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(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 コンビネーションミット 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者ボクシング 土井 賢 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 野津 良太(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 コンビネーションミット 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。		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 土井 賢 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 野津 良太 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♥♥	※中級テクニクはディフェンス練習をメインにした対人練習です。		20	
21	21:00 中級キックテクニク 竹達 勝之 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニク 土井 賢 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級ボクシングテクニク 土井 賢 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニク 野津 良太 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニク 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 土井 賢 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 土井 賢 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	
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!

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



**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



**岡本 義都**

1999年8月2日(23)  
指導クラス:キックボクシング  
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



**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(29)  
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