



# ★ファイトフィット本厚木 7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 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 芳元 杏心(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(15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。		<b>無料体験実施中!!</b> <b>体験予約はWEBから!!</b>		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 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 芳元 杏心(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					
9	9:00 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♥♥	9:00 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♥♥	9:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥♥	9:00 ダイエットキックボクシング 芳元 杏心(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	9:00 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♥♥					9					
10	10:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 芳元 杏心(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥					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 護身術 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	11:00 ダイエットキックボクシング 芳元 杏心(無料体験) 難易度★ 強度♥	11:00 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♥	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 キックボクシング無料体験限定 小曾根 広泰		12:10 キックボクシング無料体験限定 吉原 翼		12					
13	13:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	12:30 自主練習		12:30 自主練習		13					
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 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥		14:00 ダイエットキックボクシング 吉原 翼(無料体験) 難易度★ 強度♥♥		14					
15	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 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 難易度★ 強度♥		15:00 コンビネーションミット 吉原 翼 難易度★ 強度♥		15					
16	16:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 護身術 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	16:00 護身術 小曾根 広泰 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 吉原 翼(無料体験) 難易度★ 強度♥♥		16					
17	17:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 初心者ボクシング 清木場 哲生(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:00 フィジカル&ストレッチ 難易度★ 強度♥	17:00 フィジカル&ストレッチ 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	17:00 フィジカル&ストレッチ 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	17:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥		17:00 自主練習&ミット2R 吉原 翼 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 清木場 哲生 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	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 (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 初心者キックボクシング 吉原 翼(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	※ファイトフィットはマスマスパー、スパーリング等禁止と なっており、 個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。 ※emsで告知しますので確認の上ご来店ください。 ※無料体験限定は既存会員登録のレッスンはありません。 ※女性スタッフ、接客をしているスタッフ、スタッフより 体が大きい会員様のミット受けはお断りする場合がございます。 ※リネートールムあります。(wi-fi、コンセント、充電器 貸出有)						19			
20	20:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	20:00 中級フィジカル 清木場 哲生 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 吉原 翼 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥♥	20:00 自主練習&ミット2R						20			
21	21:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者ボクシング 清木場 哲生(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 吉原 翼(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 自主練習&ミット2R						21			
22	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 清木場 哲生 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 吉原 翼 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R						22			
23	22:45class ends 23:00 close										23				



<b>小曾根 広泰</b>	<b>吉村 涼句</b>	<b>清木場 哲生</b>
<p>1980年3月10日          指導クラス:キックボクシング、護身術          格闘技歴:フルコンタクト空手10年          合気道 弐段          楽しく動いて健康になりましょう!</p>	<p>1998年08月11日          指導クラス:空手、キックボクシング          格闘技歴:伝統派空手15年          丁寧指導していきます!</p>	<p>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4年          ボクシング歴:2年          現役プロボクサー          初心者の方でも楽しいレッスンにします!</p>



<b>吉原 翼</b>	<b>芳元 壱心</b>
<p>生年月日:1974年7月13日          指導クラス:キックボクシング          格闘技歴:伝統派空手10年、キックボクシング3年          初心者の方にも丁寧に教えます!</p>	<p>2001年11月20日          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!</p>