



# ★ファイトフィット本厚木 8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 中原 泰 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 松本 大輔 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 松本 大輔 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 松本 大輔 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(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。		7
8	8:00 初心者ボクシング 中原 泰(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 松本 大輔(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 松本 大輔(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 松本 大輔(無料体験) 難易度★ 強度♥			8
9	9:00 ダイエットボクシング 中原 泰 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 松本 大輔 難易度★ 強度♥♥	9:00 ダイエットキックボクシング 松本 大輔 難易度★ 強度♥♥	9:00 ダイエットキックボクシング 松本 大輔 難易度★ 強度♥♥			9
10	10:00 初心者ボクシング 中原 泰(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 松本 大輔(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 松本 大輔(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 松本 大輔(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 ダイエットボクシング 中原 泰 難易度★ 強度♥♥	11:00 空手 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	11:00 初心者総合格闘技 松本 大輔 難易度★ 強度♥	11:00 初心者総合格闘技 松本 大輔 難易度★ 強度♥	11:00 初心者総合格闘技 松本 大輔 難易度★ 強度♥			
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 12:30 自主練習	12:10 ボクシング無料体験限定 中原 泰 12:30 自主練習	12
13	13:00 初心者ボクシング 中原 泰(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 松本 大輔(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 松本 大輔(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 松本 大輔(無料体験) 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 初心者ボクシング 中原 泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 ダイエットボクシング 中原 泰 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 松本 大輔 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 松本 大輔 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットキックボクシング 松本 大輔 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 ダイエットボクシング 中原 泰(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14
15	15:00 コンビネーションミット 中原 泰 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 松本 大輔 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 松本 大輔 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 松本 大輔 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 コンビネーションミット 中原 泰 難易度★ 強度♥♥	15
16	16:00 初心者ボクシング 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 初心者総合格闘技 難易度★ 強度♥	16:00 初心者総合格闘技 難易度★ 強度♥	16:00 初心者総合格闘技 難易度★ 強度♥	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 ダイエットボクシング 中原 泰(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16
17	17:00 ダイエットボクシング 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 ノーギ柔術初心者 難易度★ 強度♥	17:00 ノーギ柔術初心者 難易度★ 強度♥	17:00 ノーギ柔術初心者 難易度★ 強度♥	17:00 自主練習&ミット2R 荒川 直樹 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自主練習&ミット2R 中原 泰 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 杉野 恭信(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 芳元 壱心(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♥	19:00 初心者キックボクシング 中原 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、スパリング等禁止と なっております。 ※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で告知しますのでご確認ください。 ※無料体験限定は既存会員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 体が大きい会員のみのミット受けはお断りする場 合がございます。 ※リポートルームあります。(Wi-Fi、コンセント、充電器 貸出有)		19
20	20:00 ダイエットボクシング 杉野 恭信 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者ボクシング 清木場 哲生(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 芳元 壱心(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットボクシング 中原 泰 難易度★ 強度♥♥			20
21	21:00 初心者キックボクシング 杉野 恭信(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 中級フィジカル 清木場 哲生 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心(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 初心者ボクシング 中原 泰(無料体験) 難易度★ 強度♥			21
22	22:00 自主練習&ミット2R 杉野 恭信 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 芳元 壱心 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 中原 泰 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23



<p align="center"><b>松本 大輔</b></p>	<p align="center"><b>吉村 涼句</b></p>	<p align="center"><b>清木場 哲生</b></p>	<p align="center"><b>中原 泰</b></p>
<p>1988年08月11日 35歳          指導クラス:キックボクシング、総合、ノーギ          競技歴:総合格闘技15年          ノーギ15年          現役プロボクサー          初めての方でもわかりやすいレッスンをします！</p>	<p>1998年08月11日 25歳          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          丁寧に指導していきます！</p>	<p>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: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>	<p>2001年11月21日 22歳          指導クラス:ボクシング          競技歴:ボクシング3年          全力で楽しいレッスンをします！</p>



COMING SOON

<p align="center"><b>小曾根 広泰</b></p>	<p align="center"><b>芳元 壱心</b></p>	<p align="center"><b>杉野 恭信</b></p>	<p align="center"><b>荒川直樹</b></p>
<p>1980年3月10日 43歳          指導クラス:キックボクシング          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らしましょう！</p>	<p>2001年11月20日 22歳          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>	<p>指導クラス:キックボクシング          競技歴:ボクシング8年          キックボクシングボクシング5年          総合格闘技3年          皆様楽しくトレーニングしましょう！</p>	<p>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！</p>