



# ★ファイトフィット津田沼 9月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(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 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 重田 ホノカ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	祝日18時まで営業となります。今月の祝日は9月18、23日になります。		7		
8	8:00 空手 湯本 真央 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング リンダ 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング リンダ 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 重田 ホノカ 難易度★ 強度♥			9:00open 9:10start		8
9	9:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 真央 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 重田 ホノカ 難易度★ 強度♥	9:10 キックボクシング無料体験限定 柴田 修社 難易度★ 強度♥	初心者 キックボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	9	
10	10:00 ダイエットキックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 重田 ホノカ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者キックボクシング 柴田 修社 難易度★ 強度♥	初心者 ボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 星野 公彌 難易度★ 強度♥	10	
11	11:00 30分キックボクシング 湯本 真央★♥	11:00 30分キックボクシング リンダ★♥	11:00 30分キックボクシング リンダ★♥	11:00 30分キックボクシング リンダ	11:00 30分キックボクシング 重田 ホノカ★♥	11:00 ダイエットキックボクシング 柴田 修社 難易度★ 強度♥♥	ダイエット キックボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング 無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	11	
	11:30 自主練習&ミット2R 湯本	11:30 自主練習&ミット2Rリンダ	11:30 自主練習&ミット2Rリンダ	11:30 自主練習&ミット2Rリンダ	11:30 自主練習&ミット2R 重田					
12	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	12:00 フリースレーニング インストラクター不在	ダイエット キックボクシング 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング 無料体験限定 柴田 修社 難易度★ 強度♥	12:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	12	
13	13:00 ダイエットキックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 星野 公彌(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	13:00 上級フィジカル 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥♥♥	継続HIT 星野 公彌 難易度★★ 強度♥♥	キックボクシング 無料体験限定 Naokat 難易度★ 強度♥	13	
14	14:00 初心者キックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 星野 公彌(無料体験) 難易度★ 強度♥	初心者 キックボクシング 柴田 修社 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥	初心者 ボクシング Naokat 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 星野 公彌 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 コンビネーションミット 湯本 真央 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット リンダ 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	コンビネーション ミット 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 柴田 修社 難易度★ 強度♥	コンビネーション ミット 星野 公彌 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 Naokat 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 リンダ 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真 難易度★ 強度♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 星野 公彌 難易度★ 強度♥	ダイエット キックボクシング 柴田 修社 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥	ダイエット キックボクシング Naokat 難易度★ 強度♥	キックボクシング 無料体験限定 星野 公彌 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 フリースレーニング インストラクター不在	17:00 フリースレーニング インストラクター不在	17:00 フリースレーニング インストラクター不在	17:00 フリースレーニング インストラクター不在	17:00 フリースレーニング インストラクター不在	17:00 中級キックテクニク 吉田 貴幸・柴田 修社 難易度★★ 強度♥♥	17:00 中級キックテクニク 星野 公彌 難易度★★ 強度♥♥			
18	18:00 初心者キック体験優先 湯本 和真 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キックボクシング 小島 卓也 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キック体験優先 湯本 和真 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キック体験優先 湯本 和真 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キック体験優先 湯本 真央 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close			18	
19	19:00 初心者ボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 小島 卓也(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥	19:00 コンビネーションミット 湯本 真央 難易度★ 強度♥♥				19	
20	20:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者ボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 湯本 和真(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	※テクニククラスは、 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 湯本 和真 難易度★★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 パンチ打ち込み 湯本 和真 難易度★★ 強度♥♥	21:00 中級キックテクニク 湯本 和真 難易度★★ 強度♥♥	21:00 初心者ボクシング 湯本 真央 難易度★ 強度♥				21	
22	22:00 自主練習&ミット2R 湯本 和真 難易度★★ 強度♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 小島 卓也 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 湯本 和真 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 湯本 和真 難易度★★ 強度♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 湯本 真央 難易度★ 強度♥~♥♥♥				22	
23	22:30 自主練習&ミット2R			22:30 自主練習&ミット2R 湯本					23	



COMING SOON



**湯本 和真**  
 1996年2月5日(27歳)  
 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7年  
 楽しく格闘技しましょう!

**重田 ホノカ**  
 2003年10月10日(19)  
 指導クラス:キックボクシング  
 格闘技歴:MMA2年  
 これからよろしくお願ひします!

**星野 公彌**  
 1987年1月23日(36歳)  
 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  
 丁寧に指導していきます!



**吉田 貴幸**  
 1985年7月7日(37歳)  
 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7年  
 一緒に和気藹々楽しく運動してみませんか?

**リンダ**  
 1981年5月31日(42歳)  
 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15年  
 パンチのコンビネーションが得意です。

**小島 卓也**  
 1991年7月21日(31歳)  
 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7年  
 ご来店お待ちしております。

COMING SOON

COMING SOON



**湯本 真央**  
 2001年12月14日(21歳)  
 指導クラス:ボクシング  
 格闘技歴:ボクシング3年  
 楽しくボクシングしましょう!

**Naokat**  
 1968年12月13日(54歳)  
 指導クラス:ボクシング  
 格闘技歴:ボクシング10年  
 ボクシング楽しみましょう!

**柴田 修杜**  
 2000年8月2日(22歳)  
 指導クラス:キックボクシング  
 格闘技歴:MMA2年  
 お互いに切磋琢磨して頑張りましょう!