



# ★ファイトフィット青葉台 10月時間割★

10月2日オープン【営業時間】平日 9:00～22:00 土曜 9:00～15:00 日曜 9:00～15:00(年中無休)「祝日 18時まで」

【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	
8							8	
	9:00open 9:10start				9:00open 9:10start			
9	9:10 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♥♥♥	9:10 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥♥	9:10 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥♥	9:10 初心者キックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥♥	9:10 ダイエットボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:10 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥♥	9:10 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥♥	9
10	10:00 キックボクシング無料体験開校 小曾根 広泰 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験開校 小野 開生 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験開校 足立 剛 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験開校 足立 剛 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験開校 福岡 未来 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験開校 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験開校 足立 剛 難易度★ 強度♥	10
11	11:00 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♥	11:00 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 難易度★ 強度♥	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	11:00 ダイエットボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 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 初心者キックボクシング 小野 開生(無料体験) 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	12:00 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 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	12:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	12
13	13:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 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 ダイエットキックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	13:00 コンビネーションミット 福岡 未来 難易度★ 強度♥	13:00 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♥	13:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥	13
14	14:00 コンビネーションミット 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 照井 純一(無料体験) 難易度★★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 足立 剛 難易度★★ 強度♥	14:00 ダイエットボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 吉村 涼句 難易度★★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 足立 剛 難易度★★ 強度♥	14
15	15:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:45class ends 15:00close		15
16	16:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	※10/9月は18時までの営業になります。		16
17	17:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥	17:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	17:00 初心者ボクシング 福岡 未来(無料体験) 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 フリートレーニング インストラクター不在			18
19	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 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥			19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 小曾根 広泰(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★★ 強度♥♥			20
21	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 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 照井 純一(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 足立 剛(無料体験) 難易度★ 強度♥			21
22	21:45class ends 22:00 close							22
23							23	



**福岡 未来**

2001年5月27日(22)  
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技  
格闘技歴:空手 総合格闘技  
継続は力なり、理想の自分になりましょう



**吉村 涼句**

1998年8月11日(24)  
指導クラス:空手、キックボクシング  
格闘技歴:空手歴:15年  
丁寧に指導していきます!



**小曾根 広泰**

1980年3月10日(44)  
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  
楽しく動いて健康になりましょう!



**照井 純一**

1980年7月21日(43)  
指導クラス:キックボクシング 有酸素ボクシング  
格闘技歴:キックボクシング6年  
一緒に練習して上手くなりましょう!



**足立 剛**

1977年11月11日(45)  
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4年、ムエタイ2年  
一緒に頑張りましょう!



**小野 開生**

1999年06月01日(24)  
指導クラス:キックボクシング  
ボクシング歴:2年、キックボクシング歴:2年  
丁寧な説明を心がけています!