



★ファイトフィット津田沼 11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)「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
7:10 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 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	祝日18時までの営業となります。 今月の祝日は11月3日、11月23日になります。	
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 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 土井 賢 難易度★ 強度♥	9:00open 9:10start	
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 土井 賢 難易度★ 強度♥	9:10 キックボクシング無料体験限定 土井 賢 難易度★ 強度♥	9:10 キックボクシング無料体験限定 湯本和真 難易度★ 強度♥
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 土井 賢(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者キックボクシング 土井 賢 難易度★ 強度♥	10:00 初心者ボクシング 湯本 和真 難易度★ 強度♥
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 土井 賢★♥	11:30 ダイエットキックボクシング 土井 賢 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
11:30 自主練習&ミット2R	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		
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	12:00 コンビネーションミット 土井 賢 難易度★ 強度♥♥	12:00 初心者キックボクシング 星野 公彌 難易度★ 強度♥
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 土井 賢(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 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 上級フィジカル 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥♥♥	13:00 燃焼HIIT 星野 公彌 難易度★★ 強度♥♥♥
14:00 コンビネーションミット 湯本 真央 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット リンダ 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 土井 賢 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット リンダ 難易度★ 強度♥♥	14:00 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♥♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 星野 公彌 難易度★ 強度♥
15:00 初心者キックボクシング 湯本 真央(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング リンダ(無料体験) 難易度★ 強度♥	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 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 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 吉田 貴幸 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♥♥
16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	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 星野 公彌(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 吉田 貴幸 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 星野 公彌 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング 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 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♥♥
18:00 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 土井 賢 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 土井 賢 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close	
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 土井 賢 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 土井 賢 難易度★ 強度♥♥		
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 土井 賢(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 土井 賢(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。	
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 土井 賢 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 土井 賢 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 小島 卓也 難易度★ 強度♥♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 土井 賢 難易度★ 強度♥♥♥♥	22:30 自主練習&ミット2R 湯本 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 土井 賢 難易度★ 強度♥~♥♥♥		
23	22:45class ends 23:00 close				23	



COMING SOON



<p>湯本 和真</p>	<p>湯本 真央</p>	<p>星野 公彌</p>
<p>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!</p>	<p>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!</p>	<p>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!</p>



<p>吉田 貴幸</p>	<p>リンダ</p>	<p>小島 卓也</p>
<p>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?</p>	<p>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。</p>	<p>1991年7月21日(32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。</p>



<p>土井 賢</p>	<p>踏石 一砂</p>
<p>1987年8月28日(36) 指導クラス:ボクシング、キックボクシング 格闘技歴:10年 基礎からしっかり教えます!</p>	<p>1999年6月10日 指導クラス:キックボクシング、MMA 格闘技歴:キックボクシング1年MMA6ヶ月 楽しく格闘技しましょう。</p>