



★ファイトフィット 柏 12月時間割★

【営業時間】月水木:7:00~23:00 火金:7:00~22:00 土曜:12:00~18:00 日曜:12:00~18:00(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	キックボクシング (モーニング) 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 荒井 雅人 難易度★強度▼	※祝日は18時までの営業となります		7		
8	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 荒井 雅人 難易度★強度▼	※年末年始の営業時間のお知らせ 12/31(日)~1/2(火)12:00-15:00 1/3(水)7:00-18:00		8		
9	キックボクシング 【無料体験限定】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 荒井 雅人 難易度★強度▼	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		9		
10	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	空手 (英会話) エリザベス 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼					10
11	キックボクシング (コンビネーションミット) 荒井 雅人 難易度★強度▼	空手 (英会話) エリザベス 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング (初級テクニック) 荒井 雅人 難易度★強度▼	キックボクシング (初級テクニック) 荒井 雅人 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	キックボクシング 【無料体験限定】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 荒井 雅人 難易度★強度▼	12		
13	キックボクシング 【無料体験限定】 湯本 和真 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 荒井 雅人 難易度★強度▼	13		
14	フィジカルトレーニング (初心者) 湯本 和真 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング (中級者) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 藤井 連 難易度★強度▼	フィジカルトレーニング (中級者) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 荒井 雅人 難易度★強度▼	14		
15	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 湯本 和真 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (初級テクニック) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 藤井 連 難易度★強度▼	総合格闘技 (初心者) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 荒井 雅人 難易度★強度▼	15		
16	キックボクシング (ダイエット) 湯本 和真 難易度★強度▼	総合格闘技 (初心者) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (初級テクニック) 荒井 雅人 難易度★強度▼	16		
17	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	キックボクシング (中級テクニック) 藤井 連 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	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 荒井 雅人 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 キックボクシング(初心者) 【無料体験】 岡本 義都 難易度★強度▼	17:45class ends 18:00close		18		
19	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 竹達 勝之 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 柿 楓太郎 難易度★強度▼	キックボクシング (初級テクニック) 湯本 和真 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 岡本 義都 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ます。 対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。 snsで告知しますのでご確認ください。 ※中級テクニックはディフェンス練習をメインにした対 人練習です。		19		
20	キックボクシング (ダイエット) 竹達 勝之 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 柿 楓太郎 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 湯本 和真 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 岡本 義都 難易度★強度▼			20		
21	キックボクシング (中級テクニック) 竹達 勝之 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 柿 楓太郎 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 湯本 和真 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 藤井 連 難易度★強度▼	キックボクシング (中級テクニック) 藤井 連 難易度★強度▼			21		
22	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 竹達 勝之 難易度★強度▼	21:45class ends 22:00 close	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 湯本 和真 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 藤井 連 難易度★強度▼	21:45class ends 22:00 close			22		
23	23:00 close							23		



藤井 連

1998年7月28日(25)
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
楽しく格闘技しましょう!



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!



柿 颯太郎

2000年1月18日(23)
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
楽しくキックボクシングしましょう



岡本 義都

1999年8月2日(24)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:ボクシング3年
格闘技で楽しく身体を鍛えましょう

COMING SOON

COMING SOON

COMING SOON

山下 エリザベス

指導クラス:空手
格闘技歴:空手10年
一生懸命練習して、最高のリフレッシュ

荒井 雅人

1994年4月26日(29)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:ボクシング5年
楽しく運動しましょう!

竹達 勝之

1993年11月17日(29)
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4年
楽しく体を一緒に動かしましょう