



# ★ファイトフィット本厚木 1月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 ※祝日 18:00まで 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	ボクシング (初心者) 中原 泰 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	<p>営業時間のお知らせ 1/1日曜日 12:00~15:00 1/2火曜日 12:00~15:00 1/3水曜日 7:00~18:00 1/8日曜日 7:00~18:00</p> <p>無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!</p> <p>12:00open 12:10start</p>	
8	ボクシング (ダイエット) 中原 泰 難易度★強度♥♥	キックボクシング「無料体験限定」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥		
9	ボクシング「無料体験限定」 中原 泰 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥		
10	ボクシング (ダイエット) 中原 泰 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥		
11	ボクシング (初心者) 中原 泰 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥		
12	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	ボクシング「無料体験限定」 荒川 直樹	ボクシング「無料体験限定」 中原 泰
						自主練習	自主練習
13	ボクシング (初心者)「無料体験」 中原 泰 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング「無料体験限定」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者)「無料体験」 荒川 直樹 難易度★強度♥	ボクシング (初心者)「無料体験」 中原 泰 難易度★強度♥
14	ボクシング (ダイエット) 中原 泰 難易度★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 荒川 直樹 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 中原 泰 難易度★強度♥♥ミット1R
15	ボクシング (コンビネーションミット) 中原 泰 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	総合格闘技 (初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 荒川 直樹 難易度★強度♥	ボクシング (コンビネーションミット) 中原 泰 難易度★強度♥
16	ボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥	フリートレーニング インストラクター不在	ノーギ柔術 (初心者) 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者)「無料体験」 荒川 直樹 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット)「無料体験」 中原 泰 難易度★強度♥♥
17	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	自主練習&ミット2R (初心者) 荒川 直樹 難易度★強度♥	自主練習&ミット2R (初心者) 中原 泰 難易度★強度♥
18	フリートレーニング インストラクター不在	ボクシング (初心者) 清水場 哲生 難易度★強度♥	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	フリートレーニング インストラクター不在	17:45class ends 18:00close	
19	キックボクシング (初心者) 杉野 恭信 難易度★強度♥	キックボクシング「無料体験」 清水場 哲生 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 吉原 寛 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 中原 泰 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 北川 貴空 難易度★強度♥♥	<p>※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。 ※お名前を呼ぶ場合は、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。 ※ご告知しますのでご確認の上ご来店ください。</p>	
20	キックボクシング (ダイエット)「無料体験」 杉野 恭信 難易度★強度♥♥	ボクシング (中級)「無料体験」 清水場 哲生 難易度★★強度♥	キックボクシング (ダイエット)「無料体験」 吉原 寛 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者)「無料体験」 中原 泰 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者)「無料体験」 北川 貴空 難易度★強度♥	<p>※無料体験限定は既存会員登録のレッスンはありません。 ※女性スタッフ専任しているスタッフ、スタッフより体が大きい会員様のミット受けはお断りする場合がございます。 ※ミット1Rのクラスは、参加人数3人以下の場合のみミットを1R持ちます。 ※参加人数4人以上の場合は持ちませんのでご了承ください。 また、途中から参加された方のミットは持てない場合がございます。</p>	
21	キックボクシング (初心者) 杉野 恭信	フィジカル (中級) 清水場 哲生	キックボクシング (初心者) 吉原 寛	ボクシング (ダイエット) 中原 泰	キックボクシング (ダイエット) 北川 貴空		
	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習		
22	21:45class ends		22:00 close				



COMING SOON



<p><b>松本 大輔</b></p>	<p><b>荒川直樹</b></p>	<p><b>清木場 哲生</b></p>	<p><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 初めての方でもわかりやすいレッスンをします!</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9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、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>



<p><b>北川 青空</b></p>	<p><b>吉原 翼</b></p>	<p><b>杉野 恭信</b></p>
<p>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 初心者の方でも楽しいクラスにします!</p>	<p>1974年7月13日 49歳 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:伝統派空手10年、キックボクシング3年 初心者の方にも丁寧に教えます!</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 皆楽しくトレーニングしましょう!</p>