



# ★ファイトフィット町田 1月時間割★

【営業時間】平日7:00~22:00※祝日18:00まで 土曜 12:00~17:00 日曜 12:00~17:00(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	キックボクシング (モーニング) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	<p>年始は下記スケジュールです。 お間違えのないようご注意ください。</p> <p>1月1日(月)12:00~15:00 1月2日(火)12:00~15:00 1月3日(水)7:00~18:00 1月4日(木)通常スケジュール 1月8日(月)祝日18:00まで</p>		7
8	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (中級テクニック) 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R			8
9	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R			9
10	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥♥ミット1R			<p>無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!</p>
11	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	<p>12:00open 12:10start</p>		
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)	キックボクシング 「無料体験限定」 外村 元 難易度★強度♥	ストレッチ&フィジカル (中級者) 清木場 哲生 難易度★強度♥♥	12
13	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 外村 元 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥♥	13
14	キックボクシング (コンビネーションミット) 清木場 哲生 難易度★強度♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) 小島 岳大 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 小島 岳大 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 外村 元 難易度★強度♥♥	ボクシング (コンビネーションミット) 清木場 哲生 難易度★強度♥♥	14
15	キックボクシング 「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 外村 元 難易度★強度♥♥	キックボクシング 「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	15
16	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥ミット1R	フリートレーニング (インストラクター不在)	フィジカルトレーニング 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 外村 元	ボクシング(ダイエット) 清木場 哲生	16
17	ストレッチ&フィジカル (中級者) 清木場 哲生 難易度★★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 小島 岳大 難易度★強度♥♥ミット1R	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)	<p>16:45class ends 17:00close</p>		17
18	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)	キックボクシング 「無料体験限定」 清木場 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)	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥	<p>※ファイトフィットはマスパー禁止です。 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。</p>		18
19	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 小島 岳大 難易度★強度♥♥	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清木場 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)	キックボクシング (ダイエット) 小島 岳大 難易度★強度♥♥	<p>※インストラクターの都合により時間割が 変更されることがあります。 SNSで告知しますのでご確認の上ご来店ください。</p>		19
20	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 池端 孝夫 難易度★強度♥	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥♥	<p>※ミット1Rのクラスは、3人以下の場合のみミットを1R持ち ます。参加人数4人以上の場合はミットは持てませんので 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>		20
21	キックボクシング「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	キックボクシング「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	ボクシング(ダイエット) 清木場 哲生	ボクシング(ダイエット) 池端 孝夫	キックボクシング「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	<p>21:30 自主練習</p>		21
22	<p>21:45class ends 22:00close</p>							22



**小島 岳大**

1992年7月26日(31)

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、キックボクシング2年  
一緒に楽しくキックボクシングをしましょう!



**清木場 哲生**

1994年12月24日(28)

指導クラス:キックボクシング、ボクシング  
格闘技歴:キックボクシング4年、ボクシング2年  
初心者の方でも楽しいレッスンにします!



**彩丘 亜紗子**

指導クラス:キックボクシング

格闘技タイトル

世界アマムエタイ金メダル、世界IPMTO & IPMTF二冠  
楽しく動きましょう!

COMING SOON



**外村 元**

1975年6月19日(48)

指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
格闘技歴:ボクシング10年、キックボクシング10年  
格闘技を通じて楽しく過ごしましょう!

**池端 孝夫**

1978年1月24日(45)

指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:空手8年、キックボクシング4年  
格闘技で心身共に健康に!