



# ★ファイトフィット町田 3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) 堀江 竣太 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	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	<b>※祝日 18:00まで 今月の祝日 3/20(水)</b>  <b>無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!</b>  <b>12:00open 12:10start</b>		7
8	フィジカルトレーニング (初心者) 堀江 竣太 難易度★強度♥♥	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	フィジカルトレーニング (中級者) 清木場 哲生 難易度★強度♥♥	ボクシング (中級テクニック) 清木場 哲生 難易度★強度♥♥			8
9	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 堀江 竣太 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	ボクシング (中級テクニック) 「無料体験」 清木場 哲生 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♥ミット1R			9
10	総合格闘技 (初心者) 堀江 竣太 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 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」 彩丘 亜紗子 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	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			10
11	キックボクシング 「無料体験限定」 堀江 竣太 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 (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	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♥			11
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♥	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥	12
13	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	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) 彩丘 亜紗子 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)	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	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	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(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 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(初心者) 「無料体験」 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	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♥♥	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)	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 (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	ボクシング (中級テクニック) 清木場 哲生 難易度★強度♥♥	ボクシング (有酸素) 小島 岳大 難易度★強度♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	フィジカル(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	<b>16:45class ends 17:00close</b>		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 (ダイエット) 林 直人 難易度★強度♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	フィジカル(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥♥	<b>※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。</b>		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♥♥	キックボクシング (初心者) 林 直人 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♥♥	キックボクシング (ダイエット) 小島 岳大 難易度★強度♥♥	<b>※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で告知しますので確認の上ご来店ください。</b>		19
20	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥♥	フィジカル(初心者) 「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) 「無料体験」 林 直人 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 (有酸素) 小島 岳大 難易度★強度♥♥	<b>※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。</b>		20
21	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「無料体験限定」 林 直人 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「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21
22	21:45class ends 22:00close							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(29)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング3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!



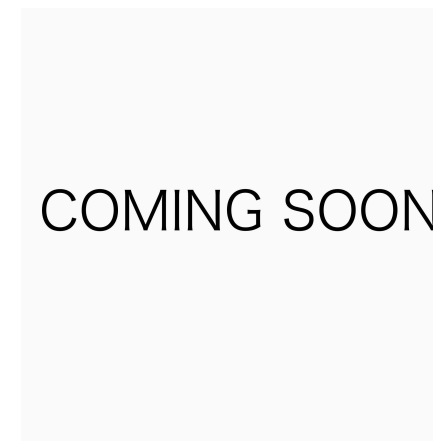
**外村 元**

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!



**林 直人**

1989年6月2日(34)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:総合格闘技3年、ボクシング1年  
継続は力なり、理想の自分になりましょう!



**堀江 峻太**

1994年9月20日(29)  
指導クラス:キックボクシング、総合  
格闘技歴:キックボクシング2年  
格闘技で心身共に健康に!