



★ファイトフィット本厚木 4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	キックボクシング (初心者) 平山 諒 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	営業時間のお知らせ 4/29日曜 7:00-18:00 無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!! 12:00open 12:10start		7	
8	キックボクシング (ダイエット) 平山 諒 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♥			8	
9	キックボクシング 「無料体験限定」 平山 諒 難易度★強度♥	総合格闘技(初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥			9	
10	キックボクシング (ダイエット) 平山 諒 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♥			10	
11	キックボクシング (初心者) 平山 諒 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♥			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	ボクシング「無料体験限定」 荒川 直樹	キックボクシング「無料体験限定」 堀江 峻太	12	
					自主練習		自主練習		
13	キックボクシング (初心者) 平山 諒 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♥	キックボクシング(初心者) 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) 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♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 堀江 峻太 難易度★強度♥	13	
14	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 平山 諒 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	キックボクシング (コンビネーションミット) 堀江 峻太 難易度★強度♥	14	
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 平山 諒 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) 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♥	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(ダイエット) 「無料体験」 堀江 峻太 難易度★強度♥♥	15	
16	キックボクシング (初心者) 平山 諒 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) 松本 大輔 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 荒川 直樹 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 堀江 峻太 難易度★強度♥	16	
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) 堀江 峻太 難易度★強度♥	17	
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) 清水増 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		18	
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(ダイエット) 「無料体験」 清水増 哲生 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 堀江 峻太 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 平山 諒 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 平山 諒 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。 ※お昼スタッフ(昼食中)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。 ※ご告知しますので確認の上ご来店ください。		19	
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) 清水増 哲生 難易度★★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清水増 哲生 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 平山 諒 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 平山 諒 難易度★強度♥♥	※無料体験限定は既存会員登録のレッスンはありません。 ※お昼スタッフ(昼食中)は、必ず 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。 ※30分以下のクラスは、参加人数1人以下の場合のみミットを1R持ちます。 ※参加人数以上の場合はミットは持たせ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たない場合がございます。		20	
21	キックボクシング(初心者) 杉野 恭信	フィジカル(中級) 清水増 哲生	キックボクシング(初心者) 堀江 峻太	キックボクシング(ダイエット) 平山 諒	キックボクシング(初心者) 平山 諒			21	
	自主練習		自主練習		自主練習		自主練習		
22	21:45class ends		22:00 close						22



COMING SOON



<p>松本 大輔</p>	<p>荒川直樹</p>	<p>清木場 哲生</p>	<p>福岡 未来</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5月27日 22歳 指導クラス:ボクシング、フィジカル、総合格闘技 競技歴:空手、総合格闘技 楽しく怪我に気をつけて頑張りましょう!</p>



<p>杉野 恭信</p>	<p>平山 諒</p>	<p>杉野 恭信</p>	<p>堀江 竣太</p>
<p>指導クラス:キックボクシング 競技歴:ボクシング キックボクシング 総合格闘技 皆様楽しくトレーニングしましょう!</p>	<p>指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:総合格闘技 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 皆様楽しくトレーニングしましょう!</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 怪我に気をつけて楽しく頑張りましょう!</p>