



# ★ファイトフィット戸塚 5月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 (金曜8:00~23:00) 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 ■ヨガ・ピラティス ■空手 ■無料体験限定

	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) 【無料体験】 RYUICHI 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 【無料体験】 RYUICHI 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(モーニング) 【無料体験】 藤田 智成 難易度★強度♥ミット1R	8:00open 8:10start			7
8	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 RYUICHI 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 RYUICHI 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤田 智成 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R			8
9	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 RYUICHI 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (コンピネーションミット) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 RYUICHI 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤田 智成 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (コンピネーションミット) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R			9
10	キックボクシング 【無料体験限定】 RYUICHI 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 RYUICHI 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 藤田 智成 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		10
11	キックボクシング (初心者) RYUICHI 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) RYUICHI 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 藤田 智成 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	12:00open 12:10start		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 (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥	12
13	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 (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高橋 聖央 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 平山 諒 難易度★強度♥	ボクシング (コンピネーションミット) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (コンピネーションミット) 照井 純一 難易度★強度♥	13
14	キックボクシング (コンピネーションミット) 長谷部 友和 難易度★強度♥	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (コンピネーションミット) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 高橋 聖央 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 平山 諒 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (有酸素) 照井 純一 難易度★強度♥	14
15	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 長谷部 友和 難易度★強度♥	ヨガ Machiko 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 川戸 昌和 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高橋 聖央 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 平山 諒 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥	15
16	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 長谷部 友和 難易度★強度♥	ピラティス Machiko 難易度★★強度♥	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 高橋 聖央 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 平山 諒 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 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】 照井 純一 難易度★強度♥♥	16
17	キックボクシング (ダイエット) 長谷部 友和 難易度★強度♥♥	はじめてのピラティス Machiko 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 高橋 聖央 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)	ボクシング (自主練習&ミット2R) 川戸 昌和 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 照井 純一 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)	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)	17:45class ends 18:00close		18
19	ボクシング(初心者) 【無料体験】 長谷部 友和 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 長谷部 友和 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥	ボクシング (有酸素) 照井 純一 難易度★強度♥	※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人以上の場合はミットは持てませんのでご了承下さい。 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 ※怪我、体格差、手続き中のミット受けはお断りする場合がございます。 祝日は18時までの営業になります。		19
20	ボクシング (ダイエット) 長谷部 友和 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 長谷部 友和 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥			20
21	ボクシング (中級テクニック) 長谷部 友和 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 長谷部 友和 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 照井 純一 難易度★強度♥			21
22	ボクシング (自主練習&ミット2R) 長谷部 友和 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 長谷部 友和 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミット2R) 照井 純一 難易度★強度♥	5/3(金)5/6(月) 祝日18:00までの営業		22
23	22:45class ends 23:00 close							23

# ファイトフィット戸塚 インストラクター紹介

店舗代表 照井 純一

1980年7月21日(43)  
 指導クラス:有酸素ボクシング、キックボクシング  
 指導時間:  
 水曜19:00~23:00、木曜18:00~23:00  
 金曜19:00~23:00、日曜12:00~18:00  
 格闘技歴:15年  
 戦績:4戦1勝2敗 タイトルRIZE KAMINARIMON70優勝  
 一言:格闘技で健康に!



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



長谷部 友和

1981年4月28日(42)  
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
 指導時間:  
 月曜14:00~23:00、火曜19:00~23:00  
 格闘技歴:15年  
 戦績:10戦5勝5敗  
 格闘技+体幹とストレッチで健康にならしましょう!



Machiko

指導クラス:ヨガ、ピラティス  
 指導時間:  
 火曜15:00~18:00  
 体を動かして心も体も健康に過ごしましょう

COMING SOON



RYUICHI

1979年3月30日(45)  
 指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
 指導時間:  
 月曜7:00~12:00、水曜7:00~12:00  
 戦績:少林寺拳法5年、キックボクシング2年  
 楽しく指導します!

川戸 昌和

1965年2月1日(59)  
 指導クラス:ボクシング  
 指導時間:  
 火曜7:00~12:00、水曜13:00~18:00  
 金曜8:00~12:00、土曜12:00~18:00  
 格闘技歴:ボクシング15年  
 楽しみながら身体を鍛えましょう!

COMING SOON



平山 諒

2003年1月4日(21)  
 指導クラス:キックボクシング  
 指導時間:水曜18:00~23:00  
 金曜13:00~17:00  
 格闘技歴:20年  
 格闘代理戦争参戦チーム 武尊  
 一言:格闘技で健康に!



高橋 聖央

2003年5月29日(20)  
 指導クラス:キックボクシング  
 指導時間:  
 木曜7:00~12:00  
 格闘技歴:キックボクシング3ヶ月  
 一言:楽しいクラスにしています!

藤田 智成

指導クラス:キックボクシング  
 指導時間:木曜日7:00~12:00  
 格闘技歴:柔道、レスリング  
 一言:笑顔になれるようなレッスンをします!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net