



# ★ファイトフィット本厚木 5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 5/3日曜日7:00-18:00 5/6日曜日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) 「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♥			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) 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♥	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	キックボクシング「無料体験限定」 平山 諒 キックボクシング「無料体験限定」 堀江 綾太 自主練習		12
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) 「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) 福岡 未希 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 平山 諒 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 堀江 綾太 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) 福岡 未希 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♥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 綾太 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) 「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」 福岡 未希 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」 堀江 綾太 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♥	フィジカル (初級) 福岡 未希 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) 「無料体験」 堀江 綾太 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) 平山 諒 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		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」 清水場 哲生 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 堀江 綾太 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。 ※お休みの日は、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」 清水場 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様のレッスンはありません。 ※お休みの日は、必ずインストラクターの管理のもと 行ってください。 ※お休みの日は、必ずインストラクターの管理のもと 行ってください。		20
21	キックボクシング(初心者) 杉野 恭信	フィジカル(中級) 清水場 哲生	キックボクシング(初心者) 平山 諒	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	※お休みの日は、必ずインストラクターの管理のもと 行ってください。 ※お休みの日は、必ずインストラクターの管理のもと 行ってください。		21
	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習			22
22	21:45class ends		22:00 close					

**店舗代表 福岡 未来**

2001年5月27日(22)  
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技、フィジカル  
指導時間:金曜日13:00~17:00  
格闘技歴:15年  
戦績:  
一言:怪我に気をつけて楽しく練習しましょう



**店舗SNS**

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



**松本 大輔**

1988年8月11日(35)  
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技、ノーギ柔術  
指導時間:火曜日7:00~16:00 水曜日、木曜日7:00~17:00  
金曜日7:00~12:00  
格闘技歴:  
戦績:  
一言:初めての方でもわかりやすいレッスンをします!



**清木場 哲生**

1994年12月24日(29)  
指導クラス:ボクシング  
指導時間:火曜日18:00~22:00  
格闘技歴:ボクシング3年  
戦績:  
一言:初心者の方でも楽しいレッスンにします!



**堀江 竣太**

1994年9月20日(29)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:水曜日19:00~22:00 日曜日12:00~18:00  
格闘技歴:キックボクシング3年  
戦績:  
一言:楽しく理想の体を作りましょう!



**杉野 恭信**

指導クラス:キックボクシング  
指導時間:月曜日19:00~22:00  
格闘技歴:16年  
戦績:  
一言:皆様楽しくトレーニングしましょう!

**Coming Soon**

**平山 諒**

指導クラス:キックボクシング  
指導時間:月曜日7:00~17:00 木曜日19:00~22:00  
金曜日19:00~22:00 土曜日12:00~18:00  
格闘技歴:総合格闘技  
戦績:  
一言:楽しく格闘技を学びましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net