



# ★ファイトフィット本厚木 7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 7/15(月)7:00-18:00	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	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♥	キックボクシング (ダイエット) 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(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♥♥	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 (ダイエット) 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 (コンビネーションミット) 松本 大輔 難易度★強度♥			10		
11	総合格闘技 (初心者) 平山 諒 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♥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 (ダイエット) 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 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) 「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」 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 福岡 未来 難易度★強度♥			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♥	ボクシング (有酸素) 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♥	ボクシング (有酸素) 福岡 未来 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 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) 「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 未来 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 峻太 難易度★強度♥♥	15
16	キックボクシング (初心者) 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) 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 難易度★強度♥	ノーギ柔術 (初心者) 福岡 未来 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 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	フィジカル (初級) 福岡 未来 難易度★強度♥♥	自主練習&ミット2R (初心者) 平山 諒 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) 「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	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) 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♥♥	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ナー、スパーリング等禁止と なっております。 ※個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。 ※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。 ※で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 (中級) (ダイエット) 難易度★強度♥♥	ボクシング (中級) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★★強度♥♥	総合格闘技(初心者) 「無料体験」 堀江 峻太 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。 ※女性スタッフ、修業中の方、スタッフより 体が大変な会員様のミット受けはお断りする場合がございます。 ※ミット1Rのクラスは、参加人数8人以下の場合のみミットを1R持ちます。 ※参加人数8人以上の場合は持ち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待たない場合がございます。		20		
21	キックボクシング(初心者) 自主練習	フィジカル(中級) 清木場 哲生 自主練習	キックボクシング(初心者) 堀江 峻太 自主練習	キックボクシング(ダイエット) 平山 諒 自主練習	キックボクシング(初心者) 平山 諒 自主練習			21		
22	21:45class ends		22:00 close						22	

## 店舗代表 福岡 未来

達成感No.1  
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:空手12年 総合格闘技3年  
一言:怪我に気をつけて楽しく練習しましょう



## 松本 大輔

わかりやすさNo.1  
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:総合格闘技、柔術  
一言:初めての方でもわかりやすいレッスンをします!



## 平山 諒

実績No.1  
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:極真空手3年  
キックボクシング格闘技代理戦争チーム(武尊)  
MMA  
2020アマチュア修斗関東東選手権準優勝  
2021アマチュア修斗関東東選手権準優勝  
2021全日本アマチュア修斗選手権大会出場  
2023DEEPフューチャーキングトーナメント出場  
2023年 fighting Nexusプロデビュー勝利  
柔術 青帯  
一言:楽しく格闘技を学びましょう!

## 清木場 哲生

盛り上がりNo.1  
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  
一言:初心者の方でも楽しいレッスンにします!

## 店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



## 堀江 竣太

身体づくりNo.1  
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  
一言:楽しく理想の体を作りましょう!



## 杉野 恭信

楽しさNo.1  
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  
一言:皆様楽しくトレーニングしましょう!



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net