



# ★ファイトフィット戸塚 8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」 日向 碧 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」 日向 碧 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」 日向 碧 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(ダイエット) 「無料体験」 日向 碧 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	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 (コンピネーションミット) 日向 碧 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) 日向 碧 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♥	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	ヨガ momo 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) 「無料体験」 日向 碧 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニク) 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	パワーヨガ momo 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) 日向 碧 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♥	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	ヨガ momo 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) 「無料体験」 日向 碧 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	パワーヨガ momo 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 (初心者) 日向 碧 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 (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」 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♥	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たせ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た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。		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) 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 照井 純一 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 照井 純一 難易度★強度♥			20	
21	ボクシング (中級テクニク) 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」 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 (中級テクニク) 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♥	祝日は18時までの営業になります。		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♥	※祝日の営業時間のお知らせ 8/12(月) 7時~18時 8/13~8/16 お盆営業の為 7時~18時		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

クラス強度NO1  
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、水曜19:00~23:00  
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

笑顔NO1  
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りましょう!



Machiko

ホスピタリティNO1  
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



川戸 昌和

ボクシングミットNO1  
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!

RYUICHI

護身術NO1  
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  
競技歴: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!



平山 諒

元氣NO1  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:金曜日13:00~17:00  
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選手権準優勝  
2021アマチュア修斗関東選手権準優勝  
2021全日本アマチュア修斗選手権大会出場  
2022DEEPフューチャーキックトーナメント出場  
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!



日向 碧

若さNO1  
2004年1月9日(20)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:木曜7:00~18:00  
競技歴:キックボクシング  
楽しく指導します!

COMING SOON

momo

ホスピタリティNO1  
指導クラス:ヨガ  
指導時間:  
月曜14:00~18:00  
ヨガで健康な身体を手に入れましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net