



★ファイトフィット戸塚 11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 (コンビネーションミット) 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 (コンビネーションミット) 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 (コンビネーションミット) 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				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♥ミット1R
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 (有酸素) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (有酸素) 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 (コンビネーションミット) 川戸 昌和 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 照井 純一 難易度★強度♥	13	
14	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 TSUKASA 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 (コンビネーションミット) 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(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	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 (中級テクニック) TSUKASA 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(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) 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	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 照井 純一 難易度★強度♥ミット1R	15	
16	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 TSUKASA 難易度★強度♥ミット1R	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♥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	ボクシング (中級テクニック) 川戸 昌和 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♥ミット1R	16	
17	キックボクシング (初心者) TSUKASA 難易度★強度♥♥ミット1R	はじめてのピラティス Machiko 難易度★強度♥	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 (初心者) 日向 碧 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♥♥ミット1R	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♥ミット1R	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♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 TSUKASA 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♥ミット1R	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♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 長谷部 友和 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 長谷部 友和 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♥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♥ミット1R				20
21	ボクシング (中級テクニック) 長谷部 友和 難易度★★強度♥♥ミット無	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♥ミット1R	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♥ミット1R	キックボクシング(中級テクニック) 「無料体験」 長谷部 友和 難易度★★強度♥♥ミット無	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 照井 純一 難易度★強度♥ミット1R				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) 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♥	※祝日の営業時間のお知らせ 11/4(月)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:
木曜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

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!



川戸 昌和

ボクシングミットNO1
1985年2月1日(39)
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



TSUKASA

筋トレNO1
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
月曜14:00~18:00水曜19:00~23:00
格闘技で人生を変えましょう!

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金曜14:00~18:00
競技歴:キックボクシング
楽しく指導します!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net