

# ★ファイトフィット青葉台 12月時間割★

【営業時間】平日 9:00~22:00 土曜 9:00~15:00 日曜 9:00~15:00(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								7
8	9:00open 9:10start							8
9	キックボクシング (初心者) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 平山 諒 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▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 【無料体験限定】 平山 諒 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▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 河原 直哉 難易度★強度▼ミット1R	9
10	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 藤田 智成 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】 平山 諒 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▼ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 河原 直哉 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▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 藤田 智成 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 河原 直哉 難易度★強度▼ミット1R	10
11	ボクシング (有酸素) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (中級) 平山 諒 難易度★★強度▼ミット1R	キックボクシング (中級) 平山 諒 難易度★★強度▼ミット1R	キックボクシング (中級) 河原 直哉 難易度★★強度▼ミット1R	キックボクシング (モドルシニア) 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) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (初心者) 河原 直哉 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)	キックボクシング (中級) 藤田 智成 難易度★★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 河原 直哉 難易度★強度▼	12
13	ボクシング (中級) 藤田 智成 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)	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▼ミット1R	ボクシング 【無料体験限定】 福岡 未来 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 藤田 智成 難易度★強度▼	ボクシング (有酸素) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (中級) 河原 直哉 難易度★★強度▼ミット1R	13
14	キックボクシング 【無料体験限定】 藤田 智成 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング (中級) 平山 諒 難易度★★強度▼ミット1R	フィジカル (初級) 福岡 未来 難易度★強度▼ミット無し	ボクシング (コンビネーションミット) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット1R	フレックス (初心者) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 河原 直哉 難易度★強度▼ミット1R	14
15	ボクシング (コンビネーションミット) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 市丸 理喜 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▼ミット無し	総合格闘技 (初心者) 福岡 未来 難易度★強度▼ミット無し	ボクシング (初心者) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット1R	14:45class ends 15:00close		15
16	フレックス (初心者) 藤田 智成 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット1R	ノーギ柔術 (初心者) 平山 諒 難易度★強度▼ミット無し	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(ダイエット) 【無料体験】 林 直人 難易度★強度▼ミット1R			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)	キックボクシング (中級) 林 直人 難易度★★強度▼ミット1R			17
18	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) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	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) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	フリートレーニング (インストラクター不在)	無料体験限定クラスは、既存会員様のクラスはございません。 体験者のみとなります		18
19	キックボクシング (初心者) 高橋 聖央 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 渡邊 泰司 難易度★強度▼ミット無し	※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。		19
20	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高橋 聖央 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 渡邊 泰司 難易度★強度▼ミット無し	祝日は18時までの営業になります。		20
21	キックボクシング (初心者) 高橋 聖央 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	サウナキックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度▼ミット無し	※祝日の営業時間のお知らせ		21
22	21:45class ends 22:00 close					営業時間のお知らせ		22
23								23

# ファイトフィット青葉台 インストラクター紹介

店舗代表 福岡 未来

達成感No.1  
2001年9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:木曜日9:00~17:00  
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



林 直人

優しさNO1  
1989年6月2日(34)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:火曜9:00~16:00木曜13:00~22:00金曜9:00~17:00  
格闘技歴:総合格闘技3年、ボクシング1年  
一言:継続は力なり、理想の自分になりましょう!



平山 諒

指導NO1  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:水曜日13:00~22:00  
格闘技歴:総合格闘技  
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  
2023DEEP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!



河原 直哉

接客NO1  
1988年10月2日(35)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:日曜9:00~15:00  
格闘技歴:少林寺拳法30年、キックボクシング2年  
一言:楽しく格闘技で鍛えていきましょう!



藤田 智成

食事量No.1  
2002年1月13日(22)  
指導クラス:キックボクシング、有酸素ボクシング  
指導時間:月曜日9:00~18:00  
金曜日13:00~16:00  
格闘技歴:柔道、レスリング  
一言:元気にならしましょう!

店舗SNS  
X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



松本 樹弥

フレッシュさNO1  
2001年10月21日(22)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:土曜9:00~15:00  
格闘技歴:キックボクシング、MMA  
一言:格闘技を楽しみましょう!



高橋 聖央

フレッシュNo.1  
2003年5月29日(21)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:月曜19:00~22:00  
格闘技歴:キックボクシング  
一言:楽しいクラスにしていきたいと思います!

COMING SOON

渡邊 泰司

接客NO1  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:金曜19:00~22:00  
格闘技歴:キックボクシング4年  
一言:格闘技を楽しみましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net