



# ★ファイトフィット津田沼 1月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00 (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 ■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
	7:00open 7:10start						
7	キックボクシング(モーニング) 【無料体験】 岡本 義都 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(モーニング) 【無料体験】 リンド 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(モーニング) 【無料体験】 リンド 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(モーニング) 【無料体験】 リンド 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(モーニング) 【無料体験】 リンド 難易度★強度▼ミット無し	祝日18時までの営業となります。	
8	キックボクシング(初心者) 岡本 義都 難易度★強度▼ミット1R	フィジカルトレーニング(初心者) リンド 難易度★強度▼ミット1R	フィジカルトレーニング(初心者) リンド 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初級テクニック) リンド 難易度★★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 遠藤 駿平 難易度★強度▼ミット1R		
	9:00open 9:10start						
9	キックボクシング 【無料体験限定】 岡本 義都 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 リンド 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 リンド 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 リンド 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 遠藤 駿平 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 荒井 雅人 難易度★強度▼	
10	キックボクシング(ダイエット) 岡本 義都 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエット) リンド 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエット) リンド 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエット) リンド 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 遠藤 駿平 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 遠藤 駿平 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 荒井 雅人 難易度★強度▼ミット1R
11	30分キックボクシング 岡本 義都 難易度★強度 ▼ミット1R 自主練習 &ミット 2R	レディースキックディフェンス リンド 難易度★強度 ▼ミット1R 自主練習 &ミット 2R	レディースキックディフェンス リンド 難易度★強度 ▼ミット1R 自主練習 &ミット 2R	レディースキックディフェンス リンド 難易度★強度 ▼ミット1R 自主練習 &ミット 2R	30分キックボクシング 遠藤 駿平 難易度★強度 ▼ミット1R 自主練習 &ミット 2R	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 遠藤 駿平 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 荒井 雅人 難易度★強度▼ミット1R
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)	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)
13	キックボクシング(初心者) 藤井 連 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)	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(初心者) 遠藤 駿平 難易度★強度▼ミット1R	上級フィジカル 遠藤 駿平 難易度★★強度▼ミット1R	上級フィジカル 荒井 雅人 難易度★★強度▼ミット1R
14	キックボクシング(ダイエット) 藤井 連 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 高梨 玲次郎 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 湯本 和真 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 湯本 和真 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 星野 公彌 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 遠藤 駿平 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 荒井 雅人 難易度★強度▼
15	キックボクシング(コンビネーションミット) 藤井 連 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) 高梨 玲次郎 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) 湯本 和真 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) 湯本 和真 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) 星野 公彌 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) 遠藤 駿平 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) 荒井 雅人 難易度★強度▼ミット無し
16	中級フィジカル 藤井 連 難易度★★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 高梨 玲次郎 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 湯本 和真 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 湯本 和真 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(有酸素) 星野 公彌 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 遠藤 駿平 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 荒井 雅人 難易度★強度▼ミット1R
17	キックボクシング(中級テクニック) 藤井 連 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)	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(中級テクニック) 遠藤 駿平 難易度★★強度▼ミット無し	キックボクシング(中級テクニック) 荒井 雅人 難易度★強度▼ミット無し
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) 高梨 玲次郎 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング 【無料体験優先】 湯本 和真 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング 【無料体験優先】 湯本 和真 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング 【無料体験優先】 星野 公彌 難易度★強度▼ミット無し	17:45class ends 18:00close	
19	ボクシング(初心者) 【無料体験】 湯本 和真 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(初心者) 高梨 玲次郎 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 湯本 和真 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 湯本 和真 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) 星野 公彌 難易度★★強度▼ミット無し	※テクニッククラスは、 ディフェンス練習をメインにした対人練習です。 *ミット1Rのクラスは3人以下の場合のみ 1Rお持ち致します。4人以上の場合はミットを 持たせないのでご了承下さい。 また途中から参加した方のミットは持たない 場合がございます。	
20	キックボクシング(ダイエット) 湯本 和真 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 高梨 玲次郎 難易度★強度▼ミット1R	ボクシング(初心者) 湯本 和真 難易度★強度▼ミット1R	キックボクシング(初心者) 湯本 和真 難易度★強度▼ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 星野 公彌 難易度★強度▼ミット無し		
21	キックボクシング(中級テクニック) 湯本 和真	キックボクシング(ダイエット) 高梨 玲次郎 難易度★強度▼ミット無し	パンチ打ち込み 高梨 玲次郎 難易度★★強度▼ミット1R	キックボクシング(中級テクニック) 湯本 和真	キックボクシング(中級テクニック) 星野 公彌		
22	難易度★強度▼ミット無し 自主練習 &ミット 2R	キックボクシング(自主練習 &ミット2R) 高梨 玲次郎 難易度★強度▼	キックボクシング(自主練習 &ミット2R) 湯本 和真 難易度★強度▼	難易度★強度▼ミット無し 自主練習 &ミット2R	難易度★強度▼ミット無し 自主練習 &ミット2R	【年末年始の営業】 12/31火曜日 12:00~15:00 1/1水曜日 12:00~15:00 1/2木曜日 12:00~15:00 1/3金曜日 18:00まで 1/4土曜日 通常営業 1/13(月) 7:00~18:00	
23	22:45class ends		23:00 close				

# ファイトフィット津田沼 インストラクター紹介

店舗代表 星野 公彌

1987年1月23日(37)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:  
金曜14:00~23:00  
格闘技歴:10年  
戦績:10戦5勝5敗 タイトルランキング:なし  
一言:楽しく汗をかきましょう! 指導歴No.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



湯本 和真

1996年2月5日(28)  
指導クラス:ボクシング、キックボクシング  
指導時間:  
月曜17:00~23:00、水曜14:00~23:00  
木曜14:00~23:00  
格闘技歴:10年  
戦績:20戦10勝10敗 タイトルランキング:なし  
一言:頑張りましょう! 清掃No.1



岡本 義都

1999年8月2日(24)  
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  
格闘技歴:6年  
戦績:1戦1勝0敗 タイトルランキング:なし  
一言:楽しくキックしましょう! ミットNo.1



藤井 連

1998年7月28日(25)  
指導クラス:MMA、キックボクシング  
指導時間:  
月曜13:00~18:00、  
格闘技歴:7年  
戦績:1戦1勝0敗 タイトルランキング:なし  
一言:格闘技楽しみましょう! 打撃No.1



リンダ

1981年5月31日(42歳)  
指導クラス:キックボクシング、ボクシング  
指導時間:  
火曜7:00~12:00水曜7:00~12:00  
木曜7:00~12:00  
格闘技歴:15年  
戦績:3戦2勝1敗 タイトルランキング:なし  
一言:パンチのコンビネーションが得意です。観切No.1

COMING SOON

COMING SOON



遠藤 駿平

1993年6月24日(31)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:金曜7:00~14:00 土曜9:00~18:00  
格闘技歴:20年  
タイトル:第20代MA日本ライト級チャンピオン  
一言:皆様に楽しんで頂けるよう頑張ります!  
爽やかNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net

高梨 玲次郎

2003年1月7日(20)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
火曜14:00~17:00、18:00~23:00  
格闘技歴:10年  
戦績:3戦3勝0敗 タイトル/ランキング:なし  
一言:不慣れですが頑張ります! フレッシュNo.1

荒井 雅人

1994年4月26日(30)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:  
日曜9:00~18:00  
格闘技歴:10年  
戦績:3戦2勝1敗 タイトル/ランキング:なし  
一言:格闘技で健康に! 朝活No.1