



★ファイトフィット本厚木 2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
	7:00open 7:10start						
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 2/11 7-18 2/24 7-18	
8	キックボクシング (ダイエット) 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」 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♥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♥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♥ミット1R		
9	キックボクシング 「無料体験限定」 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	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 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」 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R		
10	キックボクシング (ダイエット) 平山 諒 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 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) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！	
11	総合格闘技 (初心者) 平山 諒 難易度★強度♥ミット無し	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 (中級) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し		
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		
						自主練習	
13	キックボクシング (中級) 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♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	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 (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) TSUKASA 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) 吉原 翼 難易度★強度♥ミット1R
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♥♥ミット1R	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♥ミット1R	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♥ミット1R	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♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 平山 諒 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」 TSUKASA 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (中級) 吉原 翼 難易度★★強度♥♥ミット1R
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♥ミット1R	ノーギ柔術 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	総合格闘技(初心者) 「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	総合格闘技(初心者) 「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	総合格闘技(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」 TSUKASA 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」 吉原 翼 難易度★強度♥♥ミット1R
16	フィジカル (初級) 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	ノーギ柔術 (初心者) 平山 諒 難易度★強度♥ミット無し	ノーギ柔術 (初心者) 平山 諒 難易度★強度♥ミット無し	ノーギ柔術 (初心者) 平山 諒 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (中級) 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」 吉原 翼 難易度★強度♥ミット1R
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) 平山 諒 難易度★強度♥♥ミット無し	自主練習&ミット2R (初心者) TSUKASA 難易度★強度♥
						自主練習&ミット2R (初心者) TSUKASA 難易度★強度♥	
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	
19	キックボクシング (初心者) 平野 勝也 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 平野 勝也 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) TSUKASA 難易度★強度♥	キックボクシング(コンビネーションミット) TSUKASA 難易度★強度♥	※ファイトフィットはマスパ、スパーリング等禁止と なっております。 ※人混みを行う場合は、必ず インストラクターの管理の もとで行ってください。	
20	キックボクシング (ダイエット) 平野 勝也 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 平野 勝也 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 平野 勝也 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(中級) TSUKASA 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (中級) TSUKASA 難易度★強度♥	※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。 ※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ないのでご了承下さい。 ※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。	
21	キックボクシング(初心者) 平野 勝也ミット無し	キックボクシング(初心者) 平野 勝也ミット無し	キックボクシング(中級) 平野 勝也ミット無し	キックボクシング(初心者) TSUKASA ミット無し	キックボクシング(初心者) TSUKASA ミット無し		
	自主練習						
22	21:45class ends		22:00 close				

店舗代表 福岡 未来

達成感No.1
2001年6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:
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



店舗SNS
X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



COMING SOON



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選手権優勝
2021アマチュア修斗関東選手権優勝
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!

TSUKASA

筋肉No.1
1989年9月9日
指導クラス:キックボクシング
指導時間:木曜日19-22
金曜日19-22 土曜日12-18
格闘技歴:キックボクシング
一言:格闘技で人生変えましょう!

平野 勝也

知識No.1
1984年6月10日
指導クラス:キックボクシング
指導時間:月曜日19-22 水曜日19-22
格闘技歴:空手35年 柔道、柔術、テコンドー
一言:皆様が健康になれるようサポートいたします



吉原 翼

真面目No.1
指導クラス:キックボクシング
指導時間:水曜日19:00~22:00
格闘技歴:伝統派空手 キックボクシング
一言:初心者の方でも丁寧に教えます!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net