



★ファイトフィット戸塚 3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
	7:00open 7:10start						
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 日向 碧 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 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 日向 碧 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 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 日向 碧 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 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 日向 碧 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 RYUICHI 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 日向 碧 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
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	ボクシング (有酸素) 日向 碧 難易度★強度♥	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	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♥
14	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 古賀 直人 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 (初心者) TSUKASA 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♥
15	キックボクシング (初心者) 古賀 直人 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♥	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) 【無料体験】 TSUKASA 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) 照井 純一 難易度★強度♥♥ミット1R
16	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 古賀 直人 難易度★強度♥ミット1R	ヨガ 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) 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) TSUKASA 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング (中級テクニク) 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
17	キックボクシング (初心者) 古賀 直人 難易度★強度♥♥ミット1R	動くピラティス 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) 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 (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♥
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	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。	
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 (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) 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	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	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。 3/20(木)7:00~18:00	
21	ボクシング (中級テクニク) 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 (中級テクニク) TSUKASA 難易度★★強度♥♥ミット無	キックボクシング (中級テクニク) 照井 純一 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) TSUKASA 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♥	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(44)
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PRIZE 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
1976年4月28日(48)
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間:
月曜19:00~23:00、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らしましょう!



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



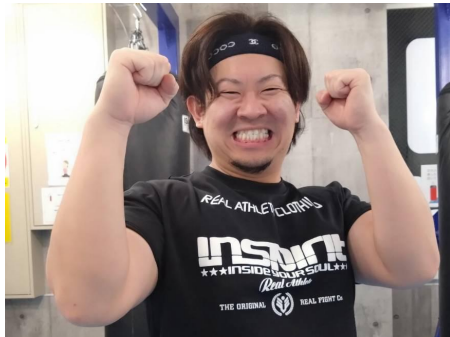
古賀 直人

接客NO1
1990年4月12日(34)
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間:月曜14:00~18:00
競技歴:キックボクシング
格闘技で身も心も健康にならしましょう!



川戸 昌和

ボクシングミットNO1
1965年2月1日(60)
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!



TSUKASA

筋トレNO1
1985年9月9日(39)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
水曜19:00~23:00金曜13:00~17:00
格闘技で人生を愛しましょう!



日向 碧

若さNO1
2004年1月9日(21)
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!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net