



# ★ファイトフィット本厚木 3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) 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	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 3/20 7-18		7
8	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)「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			8
9	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(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(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(初心者)「無料体験」 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R			9
10	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(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!!		10
11	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(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			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	12:00open 12:10start		12
						キックボクシング「無料体験限定」 TSUKASA	キックボクシング「無料体験限定」 吉原 翼	
						自主練習	自主練習	
13	キックボクシング(中級) 五明 圭佑 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♥	ボクシング(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) 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	13
14	キックボクシング(ダイエット)「無料体験」 五明 圭佑 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	ボクシング(ダイエット) 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)「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	14
15	キックボクシング(コンビネーションミット) 五明 圭佑 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	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)「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	15
16	フィジカル(初級) 五明 圭佑 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) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	ノーギ柔術(初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング(ダイエット) 松本 大輔 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	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	フィジカル(初級) 松本 大輔 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) 吉原 翼 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	キックボクシング(初心者)「無料体験」 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) 五明 圭佑 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」 田中 雄大 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) 五明 圭佑 難易度★強度♥	キックボクシング(コンビネーションミット) 五明 圭佑 難易度★強度♥	※ファイトフィットはマウスバー、スパーリング等禁止と なっております。お申し込みの際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。 ※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。 ※ご告知しますのでご確認の上ご来店ください。		19
20	キックボクシング(ダイエット)「無料体験」 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)「無料体験」 五明 圭佑 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 田中 雄大 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 五明 圭佑 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) 五明 圭佑 難易度★強度♥	※無料体験限定は既存会員様のレッスンはありません。 ※女性スタッフ、指導員は必ず女性スタッフ、スタッフより 女性スタッフのみのみで対応させていただきます。 ※ミットR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人以上の場合は必ず女性スタッフの指導員が必ずいます。 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。		20
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) 五明 圭佑	キックボクシング(中級) 田中 雄大ミット無し	キックボクシング(初心者) 五明 圭佑 ミット無し	キックボクシング(初心者) ミット無し			21
	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習			
22	21:45class ends		22:00 close					22

店舗代表 福岡 未来

達成感No.1  
2001年5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



松本 大輔

わかりやすさNo.1  
1988年8月11日(36)  
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:月曜日7:00~12:00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をします!



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:日曜日12:00~18:00  
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!



TSUKASA

筋肉No.1  
1985年9月9日(39)  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間: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(38)  
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

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net