



★ファイトフィット町田 3月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00※祝日 18:00まで 土曜 12:00~17:00 日曜 12:00~17:00(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 (モーニング) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (モーニング) 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	※平日は7:00オープン クラスは7:10スタートです。		7
8	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (中級テクニック) 清木場 哲生 難易度★★強度♥♥ミット1R	祝日営業 3/20(木)7:00~18:00まで		8
9	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(超初心者) 「来店5回未済者限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	フィジカルトレーニング (中級者) 清木場 哲生 難易度★★強度♥♥			9
10	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 彩丘 亜紗子 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) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(ダイエット) 「無料体験」 清木場 哲生 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(超初心者) 「来店5回未済者限定」 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥	キックボクシング(超初心者) 「来店5回未済者限定」 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	12:00open 12:10start		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 「無料体験限定」 外村 元 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	12
13	ボクシング(超初心者) 「来店5回未済者限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(超初心者) 「来店5回未済者限定」 小島 岳大 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 彩丘 亜紗子 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 「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 外村 元 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	13
14	フィジカルトレーニング (中級者) 清木場 哲生 難易度★★強度♥♥	フィジカルトレーニング (中級者) 小島 岳大 難易度★★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	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1R	フィジカル(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 外村 元 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) 清木場 哲生 難易度★強度♥♥ミット1R	14
15	ボクシング 「無料体験限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥♥ミット1R	ノーギ柔術 (初心者) 高橋 聖央 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 外村 元 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(超初心者) 「来店5回未済者限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	15
16	ボクシング(初心者) 「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 小島 岳大 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(初心者) 「無料体験」 高橋 聖央 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(超初心者) 「来店5回未済者限定」 小島 岳大 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(中級) 外村 元 難易度★★強度♥♥ミット無し	ボクシング(中級) 清木場 哲生 難易度★★強度♥♥ミット無し	16
17	ボクシング (コンビネーションミット) 清木場 哲生 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)	キックボクシング (コンビネーションミット) 高橋 聖央 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)	16:45class ends 17:00close		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 「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 小島 岳大 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 (コンビネーションミット) 河原 直哉 難易度★強度♥♥ミット1R	※ファイトフィットはマスパー禁止です。対人練習を行う 場合は、必ずインストラクターの管理のもと行ってください。		18
19	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1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 小島 岳大 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 小島 岳大 難易度★強度♥♥ミット1R	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	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	※インストラクターの都合により時間割が変更されること があります。SNSで告知しますのでご確認の上ご来店くだ さい。		19
20	ボクシング (有酸素) 高橋 聖央 難易度★強度♥♥	キックボクシング (中級テクニック) 小島 岳大 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) 小島 岳大 難易度★★強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 河原 直哉 難易度★強度♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング (初心者) 河原 直哉 難易度★強度♥♥	※ミット1Rのクラスは、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 でご了承ください。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。		20
21	キックボクシング「無料体験限定」 高橋 聖央 難易度★強度♥	フィジカルトレーニング(中級) 小島 岳大 難易度★★強度♥♥	キックボクシング「来店5回未済者限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	キックボクシング「無料体験限定」 河原 直哉 難易度★強度♥	キックボクシング「無料体験限定」 河原 直哉 難易度★強度♥			21
	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習			
22	21:45class ends 22:00close							22

ファイトフィット町田 インストラクター紹介

店舗代表 小島 岳大

レッスン達成感No.1
1992年7月26日(32)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:火曜13:00~22:00
水曜18:00~22:00、金曜13:00~17:00
格闘技歴:ボクシング15年、キックボクシング2年
一言:楽しくキックボクシングで汗を流しましょう!



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



清木場 哲生
パーソナルNo.1
1994年12月24日(30)
指導クラス:ボクシング
指導時間:月曜13:00~18:00、木曜7:00~12:00
金曜7:00~12:00、日曜12:00~17:00
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!



彩丘 亜紗子
ムエタイNo.1
指導クラス:キックボクシング
指導時間:月曜7:00~12:00
火曜7:00~12:00、水曜7:00~16:00
格闘技歴:20年
タイトル:世界アマムエタイ金メダル、世界IPMTO & IPMTF二冠
一言:楽しく動きましょう!



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、木曜14:00~18:00
格闘技歴:キックボクシング3ヶ月
一言:楽しいクラスにしています!



河原 直哉
フィジカルNo.1
1988年10月2日(36)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:木曜19:00~22:00、金曜18:00~22:00
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!



外村 元
ミット指導No.1
1975年6月19日(49)
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間:土曜12:00~17:00
格闘技歴:ボクシング10年、キックボクシング10年
一言:格闘技を通じて楽しく過ごしましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net