

★ファイトフィット青葉台 3月時間割★

【営業時間】平日 9:00~22:00 土曜 9:00~15:00 日曜 9:00~15:00(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								7
8								8
	9:00open 9:10start							
9	キックボクシング (初心者) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 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】 河原 直哉 難易度★強度♥ミット1R	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) 松本 樹弥 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット1R	9
10	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	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 (初心者) 市丸 理喜 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) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット1R	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 【無料体験限定】 松本 樹弥 難易度★強度♥	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	10
11	キックボクシング (中級) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング 【無料体験限定】 市丸 理喜 難易度★強度♥	キックボクシング (中級) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 松本 樹弥 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 河原 直哉 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)	超初心者キックボクシング 【10回来店未満限定】 松本 樹弥 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング 【無料体験限定】 河原 直哉 難易度★強度♥	12
13	ボクシング (ダイエット) 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)	キックボクシング (中級) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	ボクシング (有酸素) 松本 樹弥 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (中級) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット1R	13
14	ボクシング (初心者) 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♥ミット1R	キックボクシング (コンビネーションミット) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (中級) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	フレックス (初心者) 松本 樹弥 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) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット1R	14
15	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) TSUKASA 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♥ミット無し	キックボクシング (コンビネーションミット) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング 【無料体験限定】 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	14:45class ends 15:00close		15
16	ボクシング (初心者) 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 (ダイエット) 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング 【無料体験限定】 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し		16
17	ボクシング (初心者) 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)	キックボクシング (初心者) 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 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)	フリートレーニング (インストラクター不在)		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(初心者) 【無料体験】 TSUKASA 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)	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)	無料体験限定クラスは、既存会員様のクラスはございません。 体験者のみとなります	18
19	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 (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 (初心者) 市丸 理喜 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】 市丸 理喜 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】 市丸 理喜 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】 渡邊 泰司 難易度★強度♥ミット無し	※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たない場合がございます ※怪我、体格差、手続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。	19
20	キックボクシング (初心者) 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(初心者) 【無料体験】 市丸 理喜 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】 市丸 理喜 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】 市丸 理喜 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】 渡邊 泰司 難易度★強度♥ミット無し		20
21	キックボクシング (コンビネーションミット) 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♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	サウナキックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 市丸 理喜 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 渡邊 泰司 難易度★強度♥ミット無し		21
22	21:45class ends 22:00 close							22
23								23

※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たない場合がございます
※怪我、体格差、手続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。

※祝日の営業時間のお知らせ
3/20 9-18

ファイトフィット青葉台 インストラクター紹介

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



TSUKASA

筋肉No.1
1988年9月9日
指導クラス:キックボクシング
指導時間:火曜日14-22
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!



河原 直哉

指導NO1
1988年10月2日(35)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:木曜日9-12 日曜9-15
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!

店舗SNS
X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



松本 樹弥

フレッシュさNO1
2001年10月21日(22)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:土曜9:00~15:00
格闘技歴:キックボクシング、MMA
一言:格闘技を楽しみましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net