



# ★ファイトフィット町田 4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 4/29(火)7:00~18:00まで		8		
9	キックボクシング(超初心者)「来店5回未満者限定」 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(超初心者)「来店5回未満者限定」 彩丘 亜紗子 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(超初心者)「来店5回未満者限定」 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回未満者限定」 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♥♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		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					10
11	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「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♥					11
	12:00open 12:10start									
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」 だけ 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回未満者限定」 清木場 哲生 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング「無料体験限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	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♥	キックボクシング(初心者) だけ 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) だけ 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(超初心者)「来店5回未満者限定」 小島 岳大 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	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	キックボクシング(ダイエット) だけ 難易度★強度♥♥ミット1R	ボクシング(超初心者)「来店5回未満者限定」 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(コンビネーションミット) 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回未満者限定」 小島 岳大 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(中級) だけ 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)	フィジカル(初心者)「無料体験」 高橋 聖央 難易度★強度♥♥	フリートレーニング(インストラクター不在)	16:30 自主練習	16:30 自主練習	17		
	16:45class ends 17:00close									
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	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(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」 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」 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で告知しますので確認の上ご来店ください。		19		
20	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	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	ボクシング(有酸素) 高橋 聖央 難易度★強度♥♥	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	ボクシング「無料体験限定」 清木場 哲生 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回未満者限定」 小島 岳大 難易度★強度♥	キックボクシング「無料体験限定」 高橋 聖央 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									

# 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13:00~22:00、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!



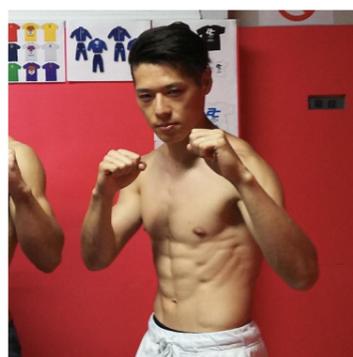
高橋 聖央

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:木曜14:00~22:00  
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: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!



たけ

丁寧な指導No.1  
指導クラス:キックボクシング  
指導時間:土曜12:00~17:00  
格闘技歴:キックボクシング4年、ムエタイ4年  
一言:楽しく丁寧な指導を心掛けています。  
一緒に綺麗な形を身につけましょう!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net