



★ファイトフィット町田 7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) 五明 圭佑 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	7月21日(月)祝日営業 7時～18時		7
8	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			8
9	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1R	キックボクシング (中級テクニック) 彩丘 亜紗子 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) 彩丘 亜紗子 難易度★★強度♥♥ミット無し	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 「無料体験限定」 五明 圭佑 難易度★強度♥	キックボクシング (中級テクニック) 彩丘 亜紗子 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) 彩丘 亜紗子 難易度★★強度♥♥ミット無し	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	フィジカルトレーニング (初心者) 五明 圭佑 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」 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(初心者) 「無料体験」 たけ 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♥	12
13	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」 河原 直哉 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	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」 堀江 峻太 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) たけ 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	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 (コンビネーションミット) 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」 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) 高橋 聖央 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 堀江 峻太 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) たけ 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♥	フィジカルトレーニング (初心者) 河原 直哉 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	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」 堀江 峻太 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) たけ 難易度★★強度♥♥ミット無し	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) 河原 直哉 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 (コンビネーションミット) 堀江 峻太 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング「無料体験限定」 たけ 難易度★強度♥	ボクシング(初心者)「無料体験」 清木場 哲生 難易度★強度♥	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)	フィジカルトレーニング (初心者) 高橋 聖央 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 堀江 峻太 難易度★強度♥ミット1R	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)	フィジカルトレーニング (初心者) 高橋 聖央 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 (ダイエット) 河原 直哉 難易度★強度♥♥ミット1R	※無料体験者限定クラスは、 一般のクラスは実施しておりませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。 ※ファイトフィット店では、マスパーリングを 含むスパーリングは禁止です。 対人練習を行う場合はインストラクターの 管理のもと行ってください。 ※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。 ※体格差がある場合はミットをお断りするケースもござい ますのでご了承ください。		18
19	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 (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			19
20	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1R	キックボクシング (ダイエット) 高橋 聖央 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 (ダイエット) 高橋 聖央 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♥♥			20
21	キックボクシング「無料体験限定」 五明 圭佑 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「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」 高橋 聖央 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 河原 直哉 難易度★強度♥ミット1R			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				
22	21:45classend 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 高橋 聖央

追い込みNo.1
2003年5月29日(22)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:火曜18:00~22:00、木曜13:00~22:00
格闘技歴:キックボクシング、総合格闘技
一言:楽しいクラスにしています!



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14:00~18:00、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:
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!



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:水曜18:00~22:00
格闘技歴:15年
一言:楽しくキックボクシングで汗を流しましょう!



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:火曜13:00~17:00、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!

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net

たけ

丁寧な指導No.1
1989年6月21日(37)
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!

五明 圭佑

ダイエット効果No.1
1989年8月5日(35)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:月曜7:00~12:00 19:00~22:00
一言:会員様の目標達成に向けたレッスンを心掛けます

堀江 竣太

格闘技大好きNo.1
1994年9月20日(31)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:金曜13:00~18:00
格闘技歴:キックボクシング、総合格闘技
一言:格闘技で健康に!