



★ファイトフィット津田沼 7月時間割★

【営業時間】平日 7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00 (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 ■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) 「無料体験」 岡本 義都 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 リンダ 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 リンダ 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 リンダ 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(モーニング) 「無料体験」 リンダ 難易度★ 強度♥ミット無し	祝日18時までの営業となります。		7
8	キックボクシング (初心者) 岡本 義都 難易度★ 強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) リンダ 難易度★ 強度♥ミット無し	フィジカルトレーニング (初心者) リンダ 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (初級テクニック) リンダ 難易度★★ 強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) リンダ 難易度★ 強度♥ミット無し			8
	9:00open 9:10start							
9	キックボクシング 「無料体験限定」 岡本 義都 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 リンダ 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 リンダ 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 リンダ 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 高梨玲次郎 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 荒井 雅人 難易度★ 強度♥		9
10	キックボクシング (ダイエット) 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) リンダ 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) リンダ 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) リンダ 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) リンダ 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) 高梨玲次郎 難易度★★ 強度♥ミット無し	ボクシング (初心者) 荒井 雅人 難易度★ 強度♥ミット1R	10
11	30分キックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度 ♥ミット1R 自主練習 &ミット 2R	レディースキックディフェンス リンダ 難易度★ 強度 ♥ミット1R 自主練習 &ミット 2R	レディースキックディフェンス リンダ 難易度★ 強度 ♥ミット1R 自主練習 &ミット 2R	レディースキックディフェンス リンダ 難易度★ 強度 ♥ミット1R 自主練習 &ミット 2R	レディースキックディフェンス リンダ 難易度★ 強度 ♥ミット1R 自主練習 &ミット 2R	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 高梨玲次郎 難易度★ 強度♥♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 荒井 雅人 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)	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
13	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)	フィジカルトレーニング (上級者) 高梨玲次郎 難易度★★ 強度♥♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング (上級者) 荒井 雅人 難易度★★ 強度♥♥♥ミット1R	13
14	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 湯本 和真 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 高梨 玲次郎 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 星野 公彌 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 高梨玲次郎 難易度★ 強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 荒井 雅人 難易度★ 強度♥	14
15	キックボクシング (ダイエット) 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥ミット1R	ボクシング (有酸素) 高梨 玲次郎 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) 湯本 和真 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) 湯本 和真 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) 星野 公彌 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 高梨玲次郎 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) 荒井 雅人 難易度★★ 強度♥ミット無し	15
16	キックボクシング (コンビネーションミット) 湯本 和真 難易度★★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (初心者) 高梨 玲次郎 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 湯本 和真 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 湯本 和真 難易度★ 強度♥ミット1R	ボクシング (初心者) 星野 公彌 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 高梨玲次郎 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初級テクニック) 荒井 雅人 難易度★★ 強度♥ミット1R	16
17	フィジカルトレーニング (中級者) 湯本 和真 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 (中級テクニック) 高梨玲次郎 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) 荒井 雅人 難易度★★ 強度♥♥ミット無し	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」 湯本 和真 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験優先」 湯本 和真 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験優先」 湯本 和真 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング 「無料体験優先」 星野 公彌 難易度★ 強度♥ミット無し	※テクニッククラスは、 ディフェンス練習をメインにした対人練習です。 *ミット1Rのクラスは3人以下の場合のみ 1Rお持ち致します。4人以上の場合はミットを 持たせないのでご了承下さい。 また途中から参加した方のミットは持てない 場合がございます。 7月21日(月)7:00~18:00 上記祝日営業となります。		18
19	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 藤井 連 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) 高梨 玲次郎 難易度★★ 強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 湯本 和真 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 湯本 和真 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) 星野・高梨 難易度★★ 強度♥ミット無し			19
20	キックボクシング (ダイエット) 藤井 連 難易度★ 強度♥♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 高梨 玲次郎 難易度★★ 強度♥♥ミット1R	ボクシング (初心者) 湯本 和真 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 湯本 和真 難易度★ 強度♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) 星野・高梨 難易度★ 強度♥♥ミット無し			20
21	キックボクシング (中級テクニック) 藤井 連	キックボクシング (初心者) 高梨 玲次郎 難易度★ 強度♥ミット1R	パンチ打ち込み 湯本 和真 難易度★★ 強度♥♥♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニック) 湯本 和真	キックボクシング (中級テクニック) 星野 公彌			21
22	難易度★★ 強度 ♥♥ミット無し 自主練習 &ミット 2R	キックボクシング (自主練習 &ミット 2R) 高梨 玲次郎 難易度★ 強度♥	キックボクシング (自主練習 &ミット 2R) 湯本 和真 難易度★ 強度♥	難易度★ 強度♥ミット無し 自主練習 &ミット 2R	難易度★★ 強度♥ミット無し 自主練習 &ミット 2R			22
23	22:45class ends 23:00 close							23

ファイトフィット津田沼 インストラクター紹介

店舗代表 星野 公彌

1987年1月23日(38)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
金曜14:00～23:00
格闘技歴: 10年
戦績: 10戦5勝5敗 タイトルランキング: なし
一言: 楽しく汗をかきましょう! 指導歴No.1



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



湯本 和真

1996年2月5日(29)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
月曜14:00～18:00、水曜14:00～23:00
木曜14:00～23:00
格闘技歴: 10年
戦績: 20戦10勝10敗 タイトルランキング: なし
一言: 頑張りましょう! 清掃No.1



岡本 義都

1999年8月2日(25)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
月曜7:00～12:00
格闘技歴: 8年
戦績: 1戦1勝0敗 タイトルランキング: なし
一言: 楽しくキックしましょう! ミットNo.1



藤井 連

1998年7月28日(26)
指導クラス: MMA、キックボクシング
指導時間:
月曜19:00～23:00、
格闘技歴: 7年
戦績: 1戦1勝0敗 タイトルランキング: なし
一言: 格闘技楽しみましょう! 打撃No.1



リンダ

1981年5月31日(44歳)
指導クラス: キックボクシング、ボクシング
指導時間:
火曜7:00～12:00 水曜7:00～12:00
木曜7:00～12:00 金曜7:00～12:00
格闘技歴: 15年
戦績: 3戦2勝1敗 タイトルランキング: なし
一言: パンチのコンビネーションが得意です。親切No.1



高梨 玲次郎

2003年1月7日(22)
指導クラス: ボクシング、キックボクシング
指導時間:
火曜14:00～23:00 金曜19:00～21:00
土曜9:00～18:00
戦績: 4戦4勝0敗 タイトルランキング: なし
一言: 質問などあればどんどん聞いてください!
楽しいレッスンを心がけております。フレッシュNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net