



★ファイトフィット本厚木 4月時間割★

【営業時間】平日 7:00～22:00※祝日 18:00まで 土曜 12:00～18:00 日曜 12:00～18:00(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 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	営業時間のお知らせ 4/29 7-18		7
8	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 「無料体験限定」 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R			8
9	キックボクシング(初心者) (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R			9
10	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 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) 松本 大輔 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 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (中級) 松本 大輔 難易度★★強度♥♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し			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」 平野 勝也	キックボクシング「無料体験限定」 吉原 寛	12
						自主練習	自主練習	
13	キックボクシング (中級) 五明 圭佑 難易度★★強度♥♥ミット1R	総合格闘技(初心者) (寝技) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) (寝技) 松本 大輔 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) 「無料体験限定」 松本 大輔 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) 五明 圭佑 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) 平野 勝也 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) 吉原 寛 難易度★強度♥ミット1R	13
14	キックボクシング(ダイエット) (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 (コンビネーションミット) 松本 大輔 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) 松本 大輔 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) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット1R	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) (無料体験) 平野 勝也 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (中級) 吉原 寛 難易度★★強度♥♥ミット1R	14
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 五明 圭佑 難易度★強度♥ミット1R	ノーギ柔術 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	総合格闘技(初心者) (寝技) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	総合格闘技(初心者) (寝技) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) (寝技) 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) 平野 勝也 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) (無料体験) 吉原 寛 難易度★強度♥♥ミット1R	15
16	フジカル (初級) 五明 圭佑 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	ノーギ柔術 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	ノーギ柔術 (初心者) 松本 大輔 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (中級) 五明 圭佑 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (中級) 平野 勝也 難易度★★強度♥♥ミット1R	キックボクシング(初心者) (寝技) 吉原 寛 難易度★強度♥ミット1R	16
17	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 (ダイエット) 五明 圭佑 難易度★強度♥ミット1R	自主練習&ミット2R (初心者) 平野 勝也 難易度★強度♥	自主練習&ミット2R (初心者) 吉原 寛 難易度★強度♥	17
18	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	17:45class ends 18:00close ※ファイトフィットはマスパバー、スパーリング等禁止と なっております。 ※入会費は、必ず インストラクターの管理の もとで行ってください。 ※インストラクターの都合により、時間割と変更される ことがあります。 ※必ず各クラス、毎週土曜日のスタッフより 告知いたしますのでご確認の上ご来店ください。 ※無料体験限定は既存会員のレッスンはありません。 ※女性スタッフ、指導士は必ずスタッフより 体が大い会員様のミット受けをお願いします。 ※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ない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たない場合がございます。		18
19	キックボクシング(初心者) (寝技) 平野 勝也 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) たけ 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(初心者) (寝技) たけ 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング (ダイエット) たけ 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) たけ 難易度★強度♥ミット1R			19
20	キックボクシング (ダイエット) 平野 勝也 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(初心者) (寝技) たけ 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) (寝技) たけ 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(初心者) (寝技) たけ 難易度★強度♥ミット無し	キックボクシング(初心者) (寝技) たけ 難易度★強度♥ミット無し			20
21	キックボクシング(初心者) 平野 勝也ミット無し	キックボクシング(ダイエット) たけ 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(中級) たけ ミット無し	キックボクシング(ダイエット) たけ 難易度★強度♥♥ミット無し	キックボクシング(ダイエット) たけ 難易度★強度♥♥ミット無し			21
	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習			
22	21:45class ends 22:00 close							22

店舗代表 福岡 未来

達成感No.1
2001年5月27日(23)
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



松本 大輔

わかりやすさNo.1
1988年8月11日(36)
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技、ノーギ柔術
指導時間:月曜日7:00~12:00 火曜日7:00~16:00
水曜日、木曜日7:00~17:00
金曜日7:00~12:00
格闘技歴:総合格闘技、柔術
一言:初めての方でもわかりやすいレッスンをします!

吉原 翼

真面目No.1
指導クラス:キックボクシング
指導時間:日曜日12:00~18:00
格闘技歴:伝統派空手 キックボクシング
一言:初心者の方でも丁寧に教えます!

平野 勝也

知識No.1
1984年6月10日(40)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:月曜日19~22 土曜日12~18
格闘技歴:空手35年 柔道、柔術、テコンドー
一言:皆様が健康になれるようサポートいたします

たけ

さわやかNo.1
指導クラス:キックボクシング
指導時間:火曜日、水曜日、木曜日、金曜日19~22
格闘技歴:キックボクシング ムエタイ
一言:綺麗な形を身につけてカッコよく楽しみましょう

店舗SNS

X

Facebook

Instagram

TikTok

YouTube

LINE@



ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net