



★ファイトフィット柏 1月時間割★

【営業時間】月水木7:00~23:00 火金7:00~22:00 土曜 12:00~18:00 日曜 12:00~18:00(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) 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 藤井 連 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	※年末年始は短縮営業となります。 ・1月1日(水)⇒休館 ・1月2日(木)⇒12:00~15:00 ・1月3日(金)⇒7:00~18:00 祝日は18時までの営業となります。 1月の祝日は1/13(月)	
8	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	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(初心者) 「無料体験」 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R		
9	キックボクシング 「無料体験限定」 荒井 雅人 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 藤井 連 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♥	キックボクシング 「無料体験限定」 荒井 雅人 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♥		
10	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	空手 (英会話) エリザベス 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 荒井 雅人 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1R	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！	
11	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1R	空手 (英会話) エリザベス 難易度★強度♥	キックボクシング (初級テクニク) 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初級テクニク) 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (初級テクニク) 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R		
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)	12:00open 12:10start	
13	キックボクシング 「無料体験限定」 荒井 雅人 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 藤井 連 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 「無料体験限定」 藤井 連 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 藤井 連 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 藤井 連 難易度★強度♥ミットなし	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♥ミットなし
14	フィジカルトレーニング (初心者) 荒井 雅人 難易度★強度♥♥ミット1R	フィジカルトレーニング (中級者) 藤井 連 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング 「無料体験限定」 藤井 連 難易度★強度♥	フィジカルトレーニング (中級者) 藤井 連 難易度★強度♥♥ミット1R	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(初心者) (コンビネーションミット) 藤井 連 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 湯本 和真 難易度★強度♥ミットなし
15	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 荒井 雅人 難易度★強度♥ミット1R	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) 藤井 連 難易度★強度♥ミット1R	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 (中級テクニク) 藤井 連 難易度★強度♥♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 藤井 連 難易度★強度♥ミットなし	ボクシング (有酸素) 湯本 和真 難易度★強度♥ミットなし
16	キックボクシング (ダイエット) 難易度★強度♥♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 藤井 連 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニク) 藤井 連 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニク) 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) 藤井 連 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (中級テクニク) 藤井 連 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (中級テクニク) 湯本 和真 難易度★強度♥♥ミットなし
17	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 (中級テクニク) 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) 藤井 連 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)	キックボクシング (自主練習&ミットR) 藤井 連 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 湯本 和真 難易度★強度♥
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)	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 岡本 義都 難易度★強度♥ミットなし	17:45class ends 18:00close	
19	キックボクシング (初心者) 竹達 勝之 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 柿 嶋太朗 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 藤井 連 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング (初心者) 竹達 勝之 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (コンビネーションミット) 岡本 義都 難易度★強度♥ミットなし	*ファイトフィットはマスマー、 スパーリング等禁止となっております。 *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。 *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。 snsで告知しますので確認の上ご来店ください。 ※中級テクニク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、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	
20	キックボクシング(ダイエット) 竹達 勝之 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(ダイエット) 柿 嶋太朗 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (ダイエット) 藤井 連 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング(ダイエット) 竹達 勝之 難易度★強度♥ミットなし	キックボクシング(ダイエット) 岡本 義都 難易度★強度♥♥ミットなし		
21	キックボクシング (中級テクニク) 竹達 勝之 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (中級テクニク) 柿 嶋太朗 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (中級テクニク) 藤井 連 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (中級テクニク) 竹達 勝之 難易度★強度♥♥ミットなし	キックボクシング (中級テクニク) 岡本 義都 難易度★強度♥♥ミットなし		
22	キックボクシング (自主練習&ミットR) 竹達 勝之 難易度★強度♥	21:45class ends 22:00 close	キックボクシング (自主練習&ミットR) 藤井 連 難易度★強度♥	キックボクシング (自主練習&ミットR) 竹達 勝之 難易度★強度♥	21:45class ends 22:00 close		
23	22:45class ends 23:00 close						

ファイトフィット柏 インストラクター紹介

店舗代表 湯本 和真

1996年2月5日(28)
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間:
日曜12:00~18:00
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



店舗SNS

X Facebook Instagram TikTok YouTube LINE@



藤井 連

1998年7月28日(25)
指導クラス:MMA、キックボクシング
指導時間:
火曜7:00~10:00、13:00~18:00、水曜14:00~23:00
木曜13:00~17:00、金曜13:00~17:00、土曜12:00~18:00
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



柿 颯太郎

2000年1月18日(24)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
火曜19:00~22:00
格闘技歴:4年
戦績:5戦2勝3敗 タイトル/ランキング:なし
一言:キックボクシング楽しいですよ! キックNo.1



岡本 義都

1999年8月2日(24)
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間:
金曜18:00~22:00
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

Coming Soon

荒井 雅人

1994年4月26日(30)
指導クラス:キックボクシング
指導時間:
月曜7:00~16:00、水曜7:00~12:00、
木曜7:00~12:00、金曜7:00~12:00
格闘技歴:10年
戦績:3戦2勝1敗 タイトル/ランキング:なし
一言:格闘技で健康に! 朝活No.1



山下 エリザベス

1974年2月23日(50)
指導クラス:空手
指導時間:
火曜10:00~12:00
格闘技歴:20年
戦績:10戦10勝0敗 タイトル/ランキング:大山空手世界大会優勝
一言:一生懸命練習しましょう! 空手No.1

Coming Soon

竹達 勝之

1993年11月17日(30)
指導クラス:ボクシング、キックボクシング
指導時間:
月曜19:00~23:00、木曜19:00~23:00
格闘技歴:6年
戦績:3戦2勝1敗 タイトル/ランキング:なし
一言:ボクシング楽しいです! パンチNo.1

ご意見ご要望はこちらまで



info@tkdj.net