



# ★ファイトフィット新宿 4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(祝日は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	ボクシング (モーニング) 矢代 明博 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 吉越 博司 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 永井 展 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (モーニング) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥ミット1R	※祝日の営業時間のお知らせ 4/29(月) 7時~18時		7	
8	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 斧田 航 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (初心者) 吉越 博司 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 永井 展 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥	9:00open 9:10start		8	
9	ボクシング(モデルシニア) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★ 強度♥	初級フィジカル 吉越 博司 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング 【無料体験限定】 永井 展 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 田村 健悟 難易度★ 強度♥	9	
10	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング 【無料体験限定】 斧田 航 難易度★ 強度♥	総合格闘技 (初心者) 吉越 博司 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 永井 展 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 栗原 瑠穂 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 永井 展 難易度★ 強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥	10	
11	ボクシング 【無料体験限定】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 斧田 航 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 栗原 瑠穂 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)		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)		キックボクシング (コンビネーションミット) 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	12
13	ボクシング(初心者) 矢代 明博 難易度★ 強度♥ミット1R	キックボクシング(ダイエット) 斧田 航 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 (初心者) 永井 展 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)		13	
14	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 斧田 航 難易度★ 強度♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験】 永井 展 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (初心者) 市川 裕隆 難易度★ 強度♥	キックボクシング(初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥	14	
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥	フリートレーニング (インストラクター不在)		ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 永井 展 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	15	
16	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】 田村 健悟 難易度★ 強度♥		キックボクシング 【無料体験限定】 田村 健悟 難易度★ 強度♥	16	
17	フリートレーニング (インストラクター不在)		ボクシング (コンビネーションミット) 矢代 明博 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 (自主練習&ミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥~♥♥		17	
18	キックボクシング 【無料体験限定】 永井 展 難易度★ 強度♥	キックボクシング 【無料体験限定】 田村 健悟 難易度★ 強度♥	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		18
19	キックボクシング (初心者) 永井 展 難易度★ 強度♥	キックボクシング (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 斧田 航 難易度★ 強度♥♥		キックボクシング (初心者) 橋爪 翼 難易度★ 強度♥	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。  *※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せませんのでご 了承下さい。 また、途中から参加された方のミットは持たない場合が ございます		19	
20	キックボクシング (コンビネーションミット) 【無料体験】 永井 展 難易度★ 強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	ボクシング (初心者) 矢代 明博 難易度★ 強度♥		キックボクシング(初心者) 【無料体験】 斧田 航 難易度★ 強度♥			キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 橋爪 翼 難易度★ 強度♥♥	20
21	キックボクシング (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥	キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥		キックボクシング (ダイエット) 斧田 航 難易度★ 強度♥			キックボクシング (中級者) 橋爪 翼 難易度★ 強度♥♥	21
22	キックボクシング (自主練習&ミット) 永井 展 難易度★ 強度~♥♥♥	キックボクシング (自主練習&ミット) 田村 健悟 難易度★ 強度~♥♥♥	ボクシング (自主練習&ミット) 矢代 明博 難易度★ 強度~♥♥♥		キックボクシング (自主練習&ミット) 斧田 航 難易度★ 強度~♥♥♥			キックボクシング (自主練習&ミット) 橋爪 翼 難易度★ 強度~♥♥♥	22
23	22:45class ends		23:00 close		23:00 close			23	

# ファイトフィット新宿インストラクター紹介

<b>店舗代表 田村 健悟</b>
<b>田村 健悟</b>
1994年2月20日(30) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:キックボクシング2年 きつてしっかり追い込みたい方



ご意見クレームはこちらまで



<b>斧田 航</b>
1983年8月9日(40) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:ムエタイ3年 キックボクシングで健康な身体作りを



<b>矢代 明博</b>
1994年6月23日(29) 指導クラス:ボクシング 格闘技歴:ボクシング15年プロ2勝5敗2分 ボクシングを皆様で楽しみましょう



<b>永井 辰</b>
2001年3月3日(22) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:キックボクシング7年 格闘技で日本を健康に!



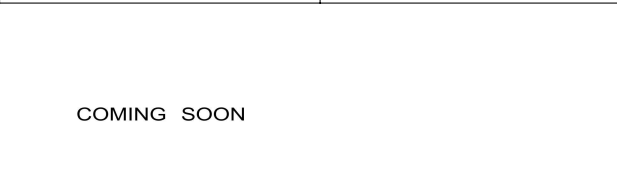
<b>市川 裕隆</b>
1967年1月11日(57) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:6年 楽しく格闘技しましょう!



<b>栗原璃穂</b>
2005年1月20日(19) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:キックボクシング1年 格闘技で日本を健康に!



<b>吉越 博司</b>
1998年11月10日(25) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:ボクシング9年 総合格闘技1年 怪我に気を付けてレッスンします!



<b>橋爪 翼</b>
指導クラス:キックボクシング