



★ファイトフィット池袋東口 2月時間割★

JR「池袋駅」東口徒歩3分に2017年9月15日オープン！
 まるまる0円無料プラン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 平日7:00～23:00 土曜12:00～18:00 日曜12:00～18:00

【クラス難易度】 ★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜				
7	7:10 モーニングキックボクシング 青山 聖矢★	7:10 モーニングキックボクシング 児玉 晃一★	7:10 モーニングキックボクシング 張 拓稀★	7:10 モーニングキックボクシング 張 拓稀★	7:10 モーニングヨガ YAYOI★	※新型コロナウイルス 感染予防の為、原則 お一人様1時間の練習と させていただきます。 (1クラス45分間)	※また、人数制限 20 名 までとさせていただきます。 予約は不要ですが、 万が一一定員に達した際は、 次のクラスまでお待ち頂く 場合がございます。	7			
8	8:00 初心者キックボクシング 青山 聖矢★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 児玉 晃一★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 張 拓稀★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 張 拓稀★(無料体験)	8:00 体験限定ヨガ YAYOI★(無料体験)			8			
9	9:00 ダイエットキックボクシング 青山 聖矢★	9:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★	9:00 ダイエットキックボクシング 張 拓稀★	9:00 護身術 張 拓稀★	9:00 自由練習 YAYOI★			9			
10	10:00 超初心者キックボクシング 青山 聖矢★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 張 拓稀★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 張 拓稀★(無料体験)	10:00 パワーヨガ YAYOI★			10			
11	11:00 キック STEPUPクラス 青山 聖矢★★	11:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★	11:00 キック STEPUPクラス 張 拓稀★★	11:00 キック STEPUPクラス 張 拓稀★★	11:00 自由練習 YAYOI★			11			
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 フリートレーニング インストラクター不在			12:00 open 12:10 start			
13	13:00 超初心者ボクシング 野呂 宗弘★	13:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功★	13:00 超初心者キックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 張 拓稀★(無料体験)	13:00 骨盤ヨガ YAYOI★			13:00 キック STEPUPクラス 張 拓稀★★	超初心者 キックボクシング 室崎 憲昭★	キックボクシング 初回体験者限定 児玉 晃一★	13
14	14:00 ダイエットボクシング 野呂 宗弘★	14:00 超初心者ボクシング 岡本 貴功★(無料体験)	14:00 ダイエットキックボクシング 室崎 憲昭★	14:00 ダイエットキックボクシング 張 拓稀★	14:00 自由練習 YAYOI★			14:00 超初心者キックボクシング 張 拓稀★(無料体験)	初心者マット運動 児玉 晃一★	キックボクシング 初回体験者限定 室崎 憲昭★	14
15	15:00 超初心者ボクシング 野呂 宗弘★	15:00 ヨガ 岡本 貴功★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 張 拓稀★(無料体験)	15:00 フリートレーニング インストラクター不在			15:00 初心者キックボクシング 張 拓稀★	超初心者総合 児玉 晃一★	キックボクシング 初回体験者限定 室崎 憲昭★	15
16	16:00 ダイエットボクシング 野呂 宗弘★	16:00 超初心者ボクシング 岡本 貴功★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 室崎 憲昭★	16:00 ダイエットキックボクシング ★	16:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★			16:00 超初心者キックボクシング 張 拓稀★(無料体験)	ダイエット キックボクシング 室崎 憲昭★	キックボクシング 初回体験者限定 児玉 晃一★	16
17	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 護身術 岡本 貴功★	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 初心者キックボクシング 児玉 晃一★(無料体験)			17:00 自由練習&ミット2R 張 拓稀	17:00 自由練習&ミット2R 児玉 晃一、室崎 憲昭	17	
18	18:00 超初心者キックボクシング 波田 大和★(無料体験)	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(無料体験)	18:00 ダイエットボクシング 波田 大和★(無料体験)	18:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★	17:45クラス終了 18:00 close		18			
19	19:00 キック STEPUPクラス 波田 大和★★	19:00 超初心者キックボクシング 青山 聖矢★(無料体験)	19:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★★	19:00 ボクシング STEP UPクラス 波田 大和★★	19:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(無料体験)	*ファイトフィットはマスパ、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、時間割と担当者が 変更されることがあります。snsで告知しますのでご確 認の上ご来店ください。 *女性インストラクターの場合、男性会員様の ミット受けは出来かねますのでご了承ください。 *ヨガの時間はサンドバッグや音の出る行為は禁止と させていただきます。		19			
20	20:00 初心者キックボクシング 波田 大和★	20:00 ダイエットキックボクシング 青山 聖矢★	20:00 寝技初心者 児玉 晃一★	20:00 超初心者ボクシング 波田 大和★	20:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★			20			
21	21:00 ダイエットキックボクシング 波田 大和★(無料体験)	21:00 キック STEPUPクラス 青山 聖矢★★	21:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★(無料体験)	21:00 ダイエットボクシング 波田 大和★(無料体験)	21:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★★			21			
22	22:00 自由練習&ミット2R 波田 大和★	22:00 自由練習&ミット2R 青山 聖矢★	22:00 自由練習&ミット2R 児玉 晃一★	22:00 自由練習&ミット2R 波田 大和★	22:00 自由練習&ミット2R 児玉 晃一★			22			
23	22:45クラス終了 23:00 close							23			



児玉 晃一

1978年9月27日(43)

指導クラス:キックボクシング、柔術

格闘技歴:柔術22年、総合17年

格闘技の食わず嫌いをなくそう!



青山 聖矢

2000年3月1日(21)

指導クラス:キックボクシング

格闘技歴:空手6年

格闘技でみんなをサポート!



室崎 憲昭

1976年12月29日(45)

指導クラス:キックボクシング

格闘技歴:空手1年

格闘技で健康的な身体作り!



岡本 貴功

1993年12月24日(29)

指導クラス:ボクシング、ヨガ、護身術

格闘技歴:合気道9年、総合3年、ヨガ3年

健康に充実した人生のお手伝いを致します!

★ファイトフィット池袋東口 記載事項★

【注意事項】

- ・(中継あり)と記載された時間はオンラインでもご視聴いただけます。
- ※定点カメラをインストラクターのみが映るように設置しますが、ご参加頂いている会員様が映り込んでしまう可能性もございます。あらかじめご了承ください。
- ・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。
- ・コロナウィルス感染予防の為、おひとり様1時間滞在、1クラス45分間、人数制限20名までとさせていただきます。(制限人数に達していない場合は練習可能です) 予約は不要ですが、万が一、定員に達した場合は、次のクラスまでお待ちいただく場合がございます。

【ステップアップクラス日程】

月曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

火曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

水曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

木曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

金曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

土曜 第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4

日曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

【勤務スタッフ、パーソナル日程】

※オンラインクラスは、トイカツ道場のラインアプリからのみ、ご予約が可能です。

パーソナルレッスンは平日7:00~19:00のみですが、個別の対応可能時間・店舗・競技は、LINEアプリのパーソナルレッスンの各インストラクターの項目からご確認ください。

※ お値段は、《30分3,300円、60分6,600円、90分9,900円、120分13,200円(税込)》の中から選択が可能です。

お支払いはクレジットカードのみです。現金、電子マネーなどでのお支払いはできません。

◇担当者名 対応可能競技名・対応可能曜日・時間等の詳細は LINEアプリにてご確認ください。

岡本 貴功 森脇 公三