



# ★ファイトフィット西川口 2月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 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	7:10 モーニングキックボクシング 嵐士 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 嵐士 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング 出田 裕一 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 嵐士 難易度★ 強度♥♥	※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。(クラス45分間) ※また、人数制限10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 嵐士 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 嵐士 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者ボクシング 出田 裕一 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 嵐士 難易度★ 強度♥			8
9	9:00 初級フィジカル 嵐士 難易度★ 強度♥♥♥	9:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	9:00 コンビネーションミット 嵐士 難易度★ 強度♥♥	9:00 コンビネーションミット 出田 裕一 難易度★ 強度♥♥	9:00 初級フィジカル 嵐士 難易度★ 強度♥♥♥			9
10	10:00 ダイエットキックボクシング 嵐士(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットボクシング 出田 裕一(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 嵐士(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			10
11	11:00 キックボクシング無料体験限定 嵐士 難易度★ 強度♥	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 キックボクシング無料体験限定 嵐士 難易度★ 強度♥	11:00 キックボクシング無料体験限定 出田 裕一 難易度★ 強度♥	11:00 キックボクシング無料体験限定 嵐士 難易度★ 強度♥			11
						12:00open 12:10start		
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 ダイエットキックボクシング SEIKO(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	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	12:10 ダイエットキックボクシング 嵐士 難易度★ 強度♥♥	12:10 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	12
13	13:00 初心者キックボクシング 嵐士(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング SEIKO 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 石井 義由亜 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 嵐士 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 コンビネーションミット 嵐士 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット SEIKO 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 石井 義由亜 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 嵐士 難易度★ 強度♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 初心者ボクシング 大野 兼資(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング SEIKO(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 石井 義由亜(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 嵐士 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	15
16	16:00 ダイエットボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング SEIKO 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 石井 義由亜 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 嵐士 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 ダイエットボクシング 大野 兼資(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 KICK OUT SEIKO 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 石井 義由亜 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 永山拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 嵐士 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 永山 拓郎 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17
						17:45class ends 18:00close		
18	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 初心者キックボクシング 石井 義由亜(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	*ファイトフィットはマスマスパー、 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 変更される場合があります。 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。		18
19	19:00 初心者ボクシング 大野 兼資(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 花井 順 難易度★ 強度♥♥	19:00 フリートレーニング インストラクター不在	19:00 初心者キックボクシング 藤木 龍一郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			19
20	20:00 中級ボクシングテクニク 大野 兼資 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 花井 順 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 辻 昌樹 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 藤木 龍一郎 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★★ 強度♥♥			20
21	21:00 中級ボクシングテクニク 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング 花井 順(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 コンビネーションミット 辻 昌樹 難易度★ 強度♥	21:00 ノーギ柔術初心者 藤木 龍一郎 難易度★ 強度♥	21:00 中級キックテクニク 永山 拓郎 難易度★★ 強度♥♥			21
22	22:00 自由練習&ミット2R 大野 兼資 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 花井 順 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 辻 昌樹 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 藤木 龍一郎 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 永山 拓郎 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22
23	22:45class ends 23:00 close							23

COMING SOON



COMING SOON

**嵐士**

1994年5月15日(28)  
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、MMA  
楽しく、強く、痩せましょう！

**SEIKO**

1980年7月2日(42)  
指導クラス:キックボクシング、KICK OUT  
格闘技歴:キックボクシング3年  
楽しいレッスンで追い込みます！

**石井 義由亜**

2000年2月20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11年  
一緒に汗を流しましょう！

**出田 裕一**

1984年10月7日(38)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング10年以上  
一緒にトレーニング頑張りましょう！



COMING SOON

**瑠久(る一)**

1999年4月25日(23)  
指導クラス:キックボクシング、ボクシング  
格闘技歴:極真空手9年キックボクシング9年  
元気に楽しく汗を流しましょう！

**藤木 龍一郎**

1988年11月30日(34)  
指導クラス:キックボクシング、柔術  
格闘技歴:MMA7年、柔術6年(紫帯)  
強くなりたい人！待ってます！

**大野 兼資**

1988年5月10日(34)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング10年  
格闘技で日本を健康に！

**永山 拓郎**

1998年1月24日(24)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:空手17年  
押忍！！



COMING SOON

**花井 順**

1972年9月5日(50)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:フルコンタクト空手10年 キックボクシング5年  
楽しく強く健康になれる様に精一杯サポート！

**辻 昌樹**

1970年9月15日(52)  
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、MMA13年  
寸度無しで楽しくトレーニングします。