



★ファイトフィット池袋西口 6月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 7:00~12:00 日曜 7:00~12:00(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 モーニングボクシング hide 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング hide 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング hide 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 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	7:10 コンビネーションミット 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	7
8	8:00 初心者ボクシング hide 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング hide 難易度★ 強度♥	8:00 コンビネーションミット 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング hide 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 キックボクシング無料体験限定 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	8:00 キックボクシング無料体験限定 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	8
9	9:00 ボクシング無料体験限定 hide 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシング無料体験限定 hide 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシング無料体験限定 hide 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシング無料体験限定 出田 裕一 難易度★ 強度♥	9:00 コンビネーションミット 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	9:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥♥	9
10	10:00 初心者ボクシング hide 難易度★ 強度♥	10:00 初心者ボクシング hide 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者ボクシング hide 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットボクシング 出田 裕一 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者キックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	10
11	11:00 ダイエットボクシング hide 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットボクシング hide 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 ダイエットボクシング hide 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 自主練習&ミット2R 伊藤 麗 難易度★ 強度♥~♥♥♥	11:00 自主練習&ミット2R 伊藤 麗 難易度★ 強度♥~♥♥♥	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 初心者キックボクシング 岡本 貴功 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 初心者キックボクシング 高田 靖一 難易度★ 強度♥	11:45class ends 12:00close		12
13	13:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット 高田 靖一 難易度★ 強度♥	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		13
14	14:00 コンビネーションミット 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	14:00 ボクシング無料体験限定 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	14:00 初心者ボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 高田 靖一 難易度★ 強度♥			14
15	15:00 キックボクシング無料体験限定 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	15:00 初心者総合格闘技 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 高田 靖一 難易度★ 強度♥			15
16	16:00 初心者キックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥♥	16:00 キックボクシング無料体験限定 伊藤 麗 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットキックボクシング 高田 靖一 難易度★ 強度♥♥			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 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 難易度★ 強度♥	17:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 麗 難易度★ 強度♥♥	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	※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頂きます。(1クラス45分間) ※また、人数制限13名までとさせて頂きます。 ※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。 ※ファイトフィットはマスパバーは禁止です。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。		17
18	18:00 キックボクシング無料体験限定 斧田 航 難易度★ 強度♥	18:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 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	18:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥			18
19	19:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 谷川 健志 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥			19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 谷川 健志 難易度★ 強度♥♥	20:00 キックボクシング無料体験限定 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥			20
21	21:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥	21:00 キックボクシング無料体験限定 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	21:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥	21:00 キックボクシング無料体験限定 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	21		
22	22:00 自主練習&ミット2R 斧田 航 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 岩淵 将大 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 岩淵 将大 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 岩淵 将大 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 岩淵 将大 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22		
23	22:45class ends		23:00 close		23			



岩淵 将大

1985年4月26日(38)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:10年
格闘技全般なんでも聞いてください。



高田 靖一

1985年12月10日(37)
指導クラス:キックボクシング、ボディメイク
格闘技歴:キックボクシング5年、ボディメイク5年
タイプ別でキックボクシング指導をします、気軽に相談下さい！



hide

1998年5月24日(24)
指導クラス:ボクシング
格闘技歴:ボクシング4年
ボクシング好きを増やします！



斧田 航

1983年8月9日(39)
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楽しく健康的な体作りを！



伊藤 麗

1997年11月15日(25)
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3年
誰でも楽しむレッスンを心がけています！



谷川 健志

1997年7月5日(25)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:空手11年、キックボクシング2年
元気に明るく楽しく一緒に汗を流しましょう！



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！



COMING SOON

出田 裕一

生年月日 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
楽しんで頑張っていきましょう！！