



# ★ファイトフィット蒲田 2月時間割★

【営業時間】平日7:00~22:00 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	キックボクシング (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) 新井 一世 難易度★強度♥	営業時間のお知らせ 2/12月曜日7:00-18:00 2/23金曜日7:00-18:00  無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!  12:00open 12:10start		
8	フィジカルトレーニング (初級) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング (ダイエット) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 野上 昂生 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 新井 一世 難易度★強度♥♥			8
9	キックボクシング (ダイエット) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥♥ミット1R	キックボクシング (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング 「無料体験限定」 野上 昂生 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 新井 一世 難易度★強度♥			9
10	ボクシング 「無料体験限定」 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 野上 昂生 難易度★強度♥	ボクシング 「無料体験限定」 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (ダイエット) 野上 昂生 難易度★強度♥♥	ボクシング (ダイエット) 新井 一世 難易度★強度♥ミット1R			10
11	キックボクシング (ダイエット) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	ボクシング (初心者) 野上 昂生 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 新井 一世 難易度★強度♥♥	11		
12	総合格闘技 (初心者) 福岡 未未 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	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」 ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング 「無料体験限定」 伊藤 勝紀 難易度★強度♥	
13	フィジカルトレーニング (中級) 福岡 未未 難易度★★強度♥♥	総合格闘技 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥	キックボクシング (初心者) ルイ 難易度★強度♥ミット1R	総合格闘技 (初心者) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 新井 一世 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 勝紀 難易度★強度♥	
14	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) 福岡 未未 難易度★★強度♥♥	キックボクシング (コンビネーションミット) ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 福岡 未未 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 新井 一世 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング (コンビネーションミット) 伊藤 勝紀 難易度★強度♥	
15	キックボクシング (コンビネーションミット) 芳元 杏心 難易度★強度♥♥	ボクシング 「無料体験限定」 福岡 未未 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) ルイ 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 福岡 未未 難易度★強度♥ミット1R	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 斎藤 良 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) ルイ 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 勝紀 難易度★強度♥♥	
16	キックボクシング (初心者) 芳元 杏心 難易度★強度♥ミット1R	ボクシング (ダイエット) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 福岡 未未 難易度★強度♥♥	フィジカルトレーニング (初心者) 斎藤 良 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 勝紀 難易度★強度♥	
17	キックボクシング (ダイエット) 芳元 杏心 難易度★強度♥♥	総合格闘技 (中級) 福岡 未未 難易度★★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) ルイ 難易度★強度♥♥	フィジカルトレーニング (初級) 福岡 未未 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 斎藤 良 難易度★強度♥♥	自主練習&ミット2R (初心者) ルイ 難易度★強度♥	自主練習&ミット2R (初心者) 伊藤 勝紀 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	フリートレーニング インストラクター不在	17:45class ends 18:00close  ※無料体験者限定クラスは、 一般のクラスは実施しておりませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。  ※ファイトフィット店では、マウスバーリングを 含むスバ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。 ※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	キックボクシング (ダイエット) 芳元 杏心 難易度★強度♥♥	キックボクシング (初心者) 芳元 杏心 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 ルイ 難易度★強度♥♥	キックボクシング (ダイエット) 伊藤 勝紀 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 斎藤 良 難易度★強度♥	19		
20	キックボクシング (初心者) 芳元 杏心 難易度★強度♥	キックボクシング (ダイエット) 芳元 杏心 難易度★強度♥♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 ルイ 難易度★強度♥	キックボクシング(初心者) 「無料体験」 伊藤 勝紀 難易度★強度♥	キックボクシング(ダイエット) 「無料体験」 斎藤 良 難易度★強度♥♥	20		
21	キックボクシング(ダイエット) 芳元 杏心	キックボクシング(初心者) 芳元 杏心	キックボクシング(ダイエット) ルイ	キックボクシング(ダイエット) 伊藤 勝紀	フィジカルトレーニング(中級) 斎藤 良	21		
	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習	自主練習			
22	21:45class ends 22:00 close					22		
23						23		



**福岡 未来**

2001年5月27日(22)  
指導クラス:キックボクシング、総合格闘技  
格闘技歴:空手 総合格闘技  
継続は力なり、理想の自分になりましょう



**新井 一世**

1982年8月19日(41)  
指導クラス:ボクシング、ムエタイ  
格闘技歴:12年  
ニーズにあった指導をしています！



**斉藤 良**

非公開  
指導クラス キックボクシング フィジカル  
格闘技歴 キックボクシング ボクシング  
自分のペースで頑張りましょう



**野上 昂生**

2000年11月30日(23)  
指導クラス ボクシング  
格闘技歴 ボクシング12年  
皆さんと楽しくボクシングできると嬉しいです！



**芳元 杏心**

2001年11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  
初心者の方でも楽しいレッスンにします！

**ルイ**

2003年11月15日(20)  
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  
楽しくトレーニングしましょう！

**伊藤 勝紀**

非公開  
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  
丁寧な指導を心がけております！