



★中野トイカツ道場 1月時間割★

格闘技の食べ放題！朝活！朝格！朝7時から夜23時まで年中無休！

まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜 7:00～23:00 土曜 9:00～22:00 日曜 9:30～23:00 (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

		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 津崎★	7:10 モーニングキック 石戸谷★	7:10 モーニングキック 石戸谷★	7:10 モーニングキック 津崎★	7:10 モーニングキック 津崎★	※スパリングに参加する場合は必ずマウスピースと膝当てを着用してください。		※キックボックス時は自主練習はできません。		7	
8	8:00 超初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)	9:00 open				8	
9	9:00 初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 津崎★		9:30 open		9	
10	ダイエツキック 津崎★(体験)	寝技初心者 齊藤曜★(体験)	10:00 ダイエツキック 石戸谷★(無料体験)	10:00 ダイエツキック 石戸谷★(無料体験)	10:00 ダイエツキック 津崎★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)		9:30 キッズレスリング 青山★		10	
11	ダイエツキック 津崎★(体験)	寝技スパー 齊藤曜★★	11:00 中級フィジカル 石戸谷★	11:00 ダイエツキック 石戸谷★(無料体験)	11:00 ダイエツキック 津崎★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)		11:00 グループキック 津崎★		11	
12	超初心者 ムエタイ ビー★	初心者キック 齊藤曜★(体験)	超初心者 ムエタイ ビー★	初心者キック 石戸谷★(体験)	超初心者 ムエタイ ビー★	12:00 初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)		12:00 超初心者ムエタイ ビー★		12	
13	超初心者 ムエタイ ビー★	総合クラス 齊藤曜★★★	超初心者 ムエタイ ビー★	初心者キック 中桐★(体験)	超初心者 ムエタイ ビー★	13:00 超初心者ムエタイ 津崎★(無料体験)		13:00 初心者キック 津崎★(体験)		13	
14	14:00 初心者キック 津崎★(体験)		14:00 初心者キック 中桐★(体験)	14:00 初心者キック 中桐★(体験)	14:00 初級フィジカル 中桐★	14:00 超寝技初心者 國金★(無料体験)		14:00 超初心者ムエタイ ビー★		14	
15	14:00 超初心者ムエタイ ビー★		14:00 初心者キック 中桐★(体験)	14:00 初心者ムエタイ ビー★	レディースクラス 中桐★(体験)	15:00 初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)		15:00 超初心者ムエタイ ビー★		15	
16	超初心者キック 齊藤曜★(体験)	キッズレスリング 青山★	16:00 超初心者 ムエタイ ビー★	16:00 超初心者 ムエタイ ビー★	レディースクラス 中桐★	16:00 初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)		16:00 超初心者ムエタイ ビー★		16	
17	初心者キック 齊藤曜★(体験)	キッズレスリング 青山★	超初心者 ムエタイ ビー★	キッズレスリング 中桐★	初級 キッズレスリング 中桐★(体験)	16:00 初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)		16:00 超初心者ムエタイ ビー★		17	
18	初級フィジカル トレーニング 長嶺★	キッズ フィジカル 齊藤曜★	18:00 ダイエツキック 手塚★(無料体験)	18:00 ダイエツキック 手塚★(体験)	キッズレスリング 中桐★	18:00 超初心者キック 手塚★		18:00 初心者キックボクシング 手塚★		18	
19	超初心者キック 齊藤曜★(体験)	キックミット 手塚★	18:00 ダイエツキック 市川★(体験)	18:00 キックミット 手塚★	ダイエツ ムエタイ ビー★	18:00 初心者キック 手塚★(体験)		18:00 超寝技初心者 突野★(体験)		19	
20	キックスパー 手塚★★	初心者キック 齊藤曜★	超初心者キック 市川★	キックスパー 手塚★★	ダイエツ ムエタイ ビー★	20:00 初心者キック 手塚★(体験)		20:00 超寝技初心者 突野★(体験)		20	
21	21:00 ボクシング ミット 西垣★	21:00 キックミット 手塚★	21:00 超初心者キック 市川★	21:00 寝技スパー 手塚★★	超初心者 ムエタイ ビー★	21:00 寝技スパー 手塚★★		21:00 超寝技初心者 突野★(体験)		21	
22	21:50 クラス終了 22:00 close		22:00 総合クラス 手塚★★	22:00 総合クラス 手塚★★	22:00 総合クラス 手塚★★		22:00 総合クラス 手塚★★		22:00 総合クラス 手塚★★		22
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23



★トイカツグラップリング東中野 1月時間割★

地下鉄東西線「落合駅」徒歩30秒！7月20日オープン！！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

HIGASHINAKANO

【営業時間】 平日10:00~23:00 土曜9:00~16:00 日曜9:00~16:00 (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

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜						
7								7					
8						9:00 open		8					
9	10:00 open	10:00 open	10:00 open	10:00 open	10:00 open	9:10 柔術初心者 寒河江・國金★(無料体験)	9:10 寝技初心者 寒河江★(無料体験)	9					
10	10:10 超寝技初心者 千葉皓敬★(無料体験)	10:10 超寝技初心者 大貫★	10:10 超寝技初心者 寒河江・國金★(無料体験)	10:10 柔術初心者 ジョン・寒河江★(無料体験)	10:10 超寝技初心者 佐野★(無料体験)	柔術スパー 寒河江・國金★★	初級英会話 イブ★	寝技スパー 寒河江★★	初級英会話 イブ★	10			
11	11:00 寝技初心者 千葉皓敬★(無料体験)	11:00 寝技初心者 大貫★	11:00 柔術初心者 寒河江・國金★(無料体験)	11:00 柔術スパー ジョン・寒河江★★	11:00 寝技初心者 佐野★(無料体験)	グラップリングスパー 寒河江★★★ (出稽古無料)	日常英会話 イブ★	柔術初心者 寒河江★(体験)	日常英会話 イブ★	11			
12	12:00 寝技スパー 千葉皓敬★★	12:00 寝技スパー 大貫★★	12:00 柔術スパー 寒河江・國金★★	12:00 寝技初心者 ジョン・寒河江★(無料体験)	12:00 寝技スパー 佐野★★	12:00 ダイエットフィジカル 國金★(無料体験)	12:00 柔術スパー 寒河江★★	12					
13	13:00 寝技初心者 千葉皓敬★(無料体験)	13:00 寝技初心者 昇侍★(無料体験)	13:00 寝技スパー 寒河江・國金★★	13:00 グラップリングスパー ジョン・寒河江★★★(出稽古無料)	13:00 初級フィジカル 佐野★(無料体験)	13:00 寝技初心者 寒河江・國金★(無料体験)	13:00 グラップリング 門脇★★	13					
14	14:00 ダイエットフィジカル 千葉皓敬★(無料体験)	14:00 総合クラス 昇侍★★★	14:00 ダイエットフィジカル 寒河江・國金★(無料体験)	14:00 ダイエットフィジカル ジョン・寒河江★(無料体験)	14:00 総合クラス 佐野★★★	14:00 寝技スパー 寒河江・國金★★	14:00 グラップリングスパー 寒河江★★★	14					
15	15:00 close	15:00 グラップリングスパー 昇侍★★★(出稽古無料)	15:00 close	15:00 close	15:00 総合テクニック 佐野★★★	15:00 寝技テクニック 寒河江・國金★★	15:00 寝技テクニック 青野★	15					
16		16:00 close			16:00 close	15:50クラス終了 16:00 close		16					
17								17					
	18:00 open												
18	18:10 柔術初心者 ジョン★(無料体験)	18:10 寝技初心者 木山★(無料体験)	18:10 寝技初心者 児玉★(無料体験)	18:10 超寝技初心者 小金★(無料体験)	18:10 寝技初心者 寒河江★(無料体験)			18					
19	柔術スパー ジョン★★	初級英会話 レスティ★	寝技スパー 木山★★	初級英会話 レスティ★	寝技スパー 児玉★★	初級英会話 レスティ★	寝技初心者 小金★(体験)	レディース 寝技初級 東★	初級英会話 レスティ★	寝技スパー 寒河江★★	超柔術 初心者 平野師範★	初級英会話 レスティ★	19
20	寝技初心者 ジョン★(体験)	日常英会話 レスティ★	柔術初心者 木山★(体験)	日常英会話 レスティ★	柔術初心者 児玉★(体験)	日常英会話 レスティ★	寝技スパー 小金★★	レディース 寝技中級 東★★	日常英会話 レスティ★	柔術初心者 松尾★(体験)	日常英会話 レスティ★	20	
21	21:00 寝技スパー ジョン★★	21:00 柔術スパー 木山★★	21:00 柔術スパー 児玉★★	21:00 総合クラス 小金★★★	21:00 総合クラス 小金★★★	21:00 柔術スパー 松尾★★						21	
22	22:00 寝技テクニック ジョン★★	22:00 柔術テクニック 木山★★	22:00 柔術テクニック 児玉★★	22:00 総合テクニック 小金★★★	22:00 総合テクニック 小金★★★	22:00 柔術テクニック 松尾★★						22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23				



★キックボクシング&柔術 高田馬場道場 1月時間割★

“柔術女子”急増中！柔術で護身術&ダイエット！

超初心者柔術、超初心者キックボクシング “無料体験” 受付中！

まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 平日16:00~23:00 土曜16:00~22:00 日曜16:00~22:00 (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

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7							
8							
9	9:00 インストラクターズスクール① 半澤★	9:00 インストラクターズスクール① 半澤★	9:00 インストラクターズスクール① 半澤★	9:00 インストラクターズスクール① 半澤★			
10	10:00 インストラクターズスクール② 半澤★	10:00 インストラクターズスクール② 半澤★	10:00 インストラクターズスクール② 半澤★	10:00 インストラクターズスクール② 半澤★			
11	11:00 インストラクターズスクール③ 半澤★	11:00 インストラクターズスクール③ 半澤★	11:00 インストラクターズスクール③ 半澤★	11:00 インストラクターズスクール③ 半澤★			
12	中級アマチュアキック選手練習 津崎・浩太郎★★		中級アマチュアキック選手練習 浩太郎・ビー★★	※選手練習、インストラクターズ スクール時は筋トレ含む自主練習 は不可となります。			
13	キックプロ練習スパー 津崎・浩太郎★★★		キックプロ練習スパー ビー・森・浩太郎★★★				
14	キックプロ練習フィジカル 津崎・浩太郎★★★		キックプロ練習フィジカル ビー・森・浩太郎★★★				
15	16:00 open	16:00 open	16:00 open		16:00 open	16:00 open	16:00 open
16	16:10 超初心者柔術 児玉★(無料体験)	16:10 初級フィジカル 児玉★(無料体験)	16:10 初級フィジカル クリス★	16:10 超初心者柔術 児玉★(無料体験)	16:10 初級フィジカル 木山★(無料体験)	16:10 超初心者柔術 児玉★(無料体験)	
17	17:00 柔術テクニック 児玉★(無料体験)	超柔術初心者 児玉★(体験)	17:00 寝技テクニック クリス★	17:00 柔術テクニック 児玉★(無料体験)	17:00 寝技テクニック 木山★(無料体験)	17:00 柔術テクニック 児玉★(無料体験)	
18	18:00 柔術スパーリング 児玉★	柔術スパーリング 児玉★	18:00 寝技スパーリング クリス★★	18:00 柔術スパーリング 児玉★	18:00 柔術スパーリング 児玉★	18:00 柔術スパーリング 児玉★	
19	19:00 超初心者柔術 児玉★(無料体験)黒田	超柔術初心者 児玉★(体験)	19:00 寝技初心者 クリス★	19:00 超初心者柔術 児玉・池和田・黒田★(無料体験)	19:00 超初心者柔術 児玉★(無料体験)	19:00 柔術初心者 岡市★(無料体験)	
20	20:00 柔術初心者 三浦★(無料体験)黒田	超寝技初心者 千葉★(体験)	20:00 寝技スパーリング 岡市★★	19:00 超初心者柔術 池和田・黒田★(無料体験)	20:00 柔術初心者 三浦(児玉)★(無料体験)	20:00 超柔術初心者 岡市★(無料体験)	
21	21:00 柔術スパーリング 三浦(児玉)★★黒田	21:00 寝技初心者 千葉★(無料体験)	21:00 柔術テクニック 岡市★	21:00 柔術スパーリング 児玉・黒田★★	21:00 柔術スパーリング 三浦(児玉)★★	21:00 柔術スパーリング 岡市★★	
22	22:00 柔術テクニック 三浦(児玉)★黒田	22:00 寝技スパーリング 千葉★★	22:00 柔術スパーリング 岡市★★★	22:00 柔術テクニック 児玉・黒田★(無料体験)	22:00 総合クラス 久松★★★	21:50クラス終了 22:00 close	
23	22:50 クラス終了 23:00 close						23



★ファイティングラボ高田馬場駅前 1月時間割★

JR「高田馬場駅」早稲田口徒歩1分！朝活、朝格、朝7：00～23：00まで年中無休！！
 まるまる0円キャンペーン！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（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

	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 佐藤広★	7:10 モーニングキック 田中一★	7:10 モーニングキック 田中一★	7:10 モーニングキック 森貴慎★	7:10 モーニングキック 佐藤広★			7		
8	8:00 ダイエットキック 佐藤広★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 田中一★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 田中一★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 佐藤広★(無料体験)			8		
9	9:00 ダイエットキック 佐藤広★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 田中一★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 田中一★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 佐藤広★(無料体験)			9		
10	10:00 初心者キックボクシング 佐藤広★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 田中一★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 田中一★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 佐藤広★(無料体験)			10		
11	11:00 超初心者キックボクシング 佐藤広★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 田中一★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 田中一★(無料体験)	11:00 キックマスパーリング 森貴慎★★	11:00 超初心者キックボクシング 佐藤広★(無料体験)	11:00 キック 無料体験 初回体験者限定(市川)	11:00 ボクシング 無料体験 初回体験者限定(横田)	11		
						12:00 open				
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 ダイエット ボクシング 市川★	レディースキック 鈴木溪★(体験)	レディースパンチ 横田★(体験)	ダイエットキック 岡本★	12
13	13:00 ダイエットボクシング 谷本★	13:00 ダイエットボクシング 林★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 林★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 須藤★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 佐藤広★(無料体験)	超初心者キック 鈴木溪★(体験)	13:00 超初心者 ボクシング 横田★	超初心者 キック 岡本★(体験)	13	
14	14:00 超初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 林★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 林★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 須藤★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 佐藤広★(無料体験)	キック マスパー 市川★	ダイエットキック 鈴木溪★(体験)	キック マスパー 岡本★★	14	
15	15:00 初心者ボクシング 谷本★	15:00 初心者ボクシング 林★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 林★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 須藤★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	15:00 初心者 ボクシング 市川★	ダイエットキック 鈴木溪★	15:00 ダイエット ボクシング 横田★	ダイエットキック 岡本★(体験)	15
16	16:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 林★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 林★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 須藤★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	16:00 初心者 キック 鈴木溪★	16:00 初心者 ボクシング 横田★	初心者キック 岡本★	16	
17	17:00 超初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 林★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 林★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 須藤★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	キック マスパー 市川★	16:00 初心者 キック 鈴木溪★	キック マスパー 横田★★	フリー&ミット 岡本	17
18	18:00 初心者キックボクシング 市川★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 森田★	18:00 初心者キックボクシング 須藤★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 浩太郎★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 市川★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18		
19	19:00 初級グループキック 市川★(無料体験)	初級グループ ボクシング 藤井重★(体験)	19:00 初心者キックボクシング 須藤★(無料体験)	初心者ボクシング 佐々木★	19:00 初級グループキック 市川★(無料体験)	※スパーリングに参加する場合は必ずマウスピース、膝当てを 着用してください。お持ちでない場合は参加をお断りすることが あります。		19		
20	20:00 ダイエットマスパー 市川★	初級 グループキック 森田★	初心者ボクシング 横田★	フリー&ミット 須藤	超初心者キック 浩太郎★(体験)			フリー&ミット 佐々木康 ・浩太郎	20:00 ダイエットマスパー 市川★	20
21	21:00 キックマスパー 市川★	初心者キック 藤井重★(体験)	21:00 キック マスパー 横田★★	超初心者キック 須藤★(体験)	21:00 キック マスパー 浩太郎★★			ダイエットキック 佐々木★	21:00 キックマスパー 市川★★	21
22	22:00 フリー&ミット 市川	体幹護身術 児玉★	22:00 キック マスパー 横田★★	初心者キック 須藤★	22:00 キック マスパー 浩太郎★★	フリー&ミット 佐々木	22:00 フリー&ミット 市川	22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23	



★西日暮里ストライキング 1月時間割★

JR西日暮里駅徒歩1分！リニューアルで広さが1.5倍に！ウェイト設備も充実！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】月～金曜 7:00～23:00 土曜 9:00～18:00 日曜 11:00～20:00 (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

	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 塩崎★	7:10 モーニングキック 小林★	7:10 モーニングキック 小林★	7:10 モーニングキック 塩崎★	7:10 モーニングキック 小林★	※無料体験者優先クラスも、自主練習は可能です。 体験 9:10 start				7	
8	8:00 キックボクシング 塩崎★	8:00 キックボクシング 小林★	8:00 キックボクシング 小林★	8:00 キックボクシング 塩崎★	8:00 キックボクシング 小林★						
9	9:00 超初心者キックボクシング 塩崎★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 塩崎★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	9:00 無料体験者限定 キックボクシング(小林)		9:00 無料体験者限定 キックボクシング(小林)		9	
10	10:00 初心者キックボクシング 塩崎★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 塩崎★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	グループキック 小林★	初心者キック 漆原★	初心者キック 小林★	初級グループキック 大谷★	10	
11	11:00 キックボクシング 塩崎★	11:00 キックボクシング 小林★	11:00 キックボクシング 小林★	11:00 キックボクシング 塩崎★	11:00 キックボクシング 小林★	キックボクシング 小林★	グループミット 漆原★	キックボクシング 小林★	ダイエットキック 大谷★	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 グループキック 小林★		グループミット 小林★	超初心者キック 浩太郎★(体験)	12	
13	13:00 初心者キックボクシング 山崎 晃輔★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 井上★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 漆原★		ディフェンス 小林★	超初心者キック 浩太郎★(体験)	13	
14	14:00 超初心者キックボクシング 山崎 晃輔★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 井上★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	グループミット 小林★	超初心者キック 漆原★(体験)	キックマスパ 小林&浩太郎★★	ボディメイク① 大門(先着5名)	14	
15	15:00 キックマスパ 山崎 晃輔★★	15:00 初心者キックボクシング 小林★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 井上★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	キックテクニク 小林★★	超初心者キック 漆原★(体験)	初心者キック 浩太郎★	ボディメイク② 大門(先着5名)	15	
16	16:00 グループキック 山崎 晃輔★	16:00 超初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 井上★(無料体験)	16:00 超初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	16:00 超初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	キックマスパ 小林&漆原★★		超初心者キック 浩太郎★(体験)	グループミット 大門★	16	
17	17:00 初心者キックボクシング 山崎 晃輔★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 井上★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 山口 温志★	17:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	17:00 初心者キック 小林★		17:00 キックボクシング★ 小林		17	
18	18:00 ダイエットボクシング 山口 温志★	初心者キック 塩崎★(体験)	18:00 ダイエットボクシング 山口 温志★	18:00 ダイエットボクシング 山口 温志★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 漆原★	18:00 close		17:30 キック選手クラス 小林★★★ ※フリー練習可能		18	
19	グループボクシング 山口 温志★	超初心者キック 山崎★(体験)	超初心者キック 塩崎★(体験)	フィジカル &ボクシング 山口 温志★	超初心者ボクシング 山口★(体験)	リフレッシュキック 井上★	グループボクシング 山口 温志★	初心者キック 渡部&矢ヶ崎★	グループボクシング 山口 温志★	超初心者キック 漆原★(体験)	19
20	初心者ボクシング 山口★(体験)	中級キック 山崎 晃輔★	グループキック 塩崎★	初心者ボクシング 山口★(体験)	フィジカルトレーニング 山口 温志★	超初心者キック 井上★(体験)	20:00 グループキック 渡部&矢ヶ崎★	初心者ボクシング 山口★(体験)	グループキック 漆原★		20
21	キックマスパ 山崎★★	初心者ボクシング 山口 温志★	キックマスパ 塩崎★★	初心者ボクシング 山口 温志★	初心者ボクシング 山口 温志★	リフレッシュキック 井上★	初心者キック 山口&矢ヶ崎★	キックマスパ 渡部★★	キックマスパ 山口★★	ダイエットキック 漆原★	21
22	22:00 キックボクシング 山崎&山口★	22:00 キックボクシング 山口&塩崎★	22:00 キックボクシング 山口&井上★	22:00 ボクシング 山口 温志★	22:00 ボクシング 山口 温志★	キックボクシング 山口&漆原★	首相撲 漆原★★		※スパリングに参加する際は、必ずマウスピース、 膝当てを着用してください。	22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23

※スパリングは指導員の指示に従い、安全には十分配慮して行って下さい。



★ファイティングラボ田町三田 1月時間割★

JR「田町駅」三田口徒歩6分！2016年7月リニューアルオープン！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】月曜～金曜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

	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 漆館★	7:10 モーニングキック 浜田★	7:10 モーニングキック 木内★	7:10 モーニングキック 浜田 野田★	7:10 モーニングキック 浜田★			7
8	8:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 浜田 野田★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 浜田★(無料体験)			8
9	9:00 ダイエットキック 漆館★	9:00 ダイエットキック 浜田★	9:00 ダイエットキック 木内★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 浜田 野田★	9:00 初心者キックボクシング 浜田★			9
10	10:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	10:00 寝技初心者 木内★	10:00 ダイエットキック 浜田 野田★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 浜田★(無料体験)			10
11	11:00 ダイエットキック 漆館★	11:00 ダイエットキック 浜田★	11:00 寝技中級者 木内★	11:00 初心者キックボクシング 浜田 野田★	11:00 初心者キックボクシング 浜田★	12:00 open		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	12:10 ダイエットキック 木内★	12:10 ダイエットキック 和田★	12
13	13:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	13
14	14:00 ダイエットキック 漆館★	14:00 ダイエットキック 浜田★	14:00 ダイエットキック 木内★	14:00 ダイエットキック 浜田★	14:00 ダイエットキック 浜田★	14:00 ダイエットキック 木内★	14:00 ダイエットキック 和田★	14
15	15:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 漆館★	16:00 ダイエットキック 浜田★	16:00 ダイエットキック 木内★	16:00 ダイエットキック 浜田★	16:00 ダイエットキック 浜田★	16:00 ダイエットキック 木内★	16:00 ダイエットキック 和田★	16
17	17:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 市川★	17:00 初心者キックボクシング 和田★	17:00 ダイエットボクシング 工藤★	17:00 マススパー 木内★★	17:00 マススパー 和田★★	17
18	18:00 ダイエットボクシング 塚原★	18:00 ダイエットボクシング 杉山★	18:00 ダイエットキック 市川★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 和田★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 工藤★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18
19	19:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	19:00 初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 市川★	19:00 初心者キックボクシング 和田★	19:00 ダイエットボクシング 工藤★	※スパーリングに参加する場合は必ずマウスピース、膝 当てを着用してください。		19
20	20:00 ダイエットボクシング 塚原★	20:00 ダイエットボクシング 杉山★	20:00 中級キックボクシング 市川★★	20:00 中級キックボクシング 和田★★	20:00 グループミット 工藤★★			20
21	21:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	21:00 ダイエットボクシング 杉山★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 市川★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 工藤★(無料体験)			21
22	22:00 マスボクシング 塚原★★	22:00 体幹トレーニング 杉山★	22:00 マスボクシング 市川★★	22:00 マスボクシング 和田★★	22:00 マスボクシング 工藤★★			22



★ファイトフィット田町芝浦 1月時間割★

JR「田町駅」芝浦口徒歩5分！2018年4月5日オープン！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】月曜～金曜7：00～23：00 土曜9：00～18：00 日曜9：00～18：00（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

	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 浜田★(無料体験)	7:10 モーニングキック 野田★(無料体験)	7:10 モーニングキック 浜田★(無料体験)	7:10 モーニングキック 木内★(無料体験)	7:10 モーニングキック 漆館★(無料体験)			7
8	9:00 ダイエットキック 浜田★	9:00 ダイエットキック 野田★	9:00 ダイエットキック 浜田★	9:00 ダイエットキック 木内★	9:00 ダイエットキック 漆館★	9:00 open		8
9	9:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 野田★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	9:10 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	9
10	10:00 ダイエットキック 浜田★	10:00 ダイエットキック 野田★	10:00 ダイエットキック 浜田★	10:00 ダイエットキック 木内★	10:00 ダイエットキック 漆館★	10:00 ダイエットキック 岡山★	10:00 ダイエットキック 木内★	10
11	11:00 初心者キックボクシング 浜田★	11:00 初心者キックボクシング 野田★	11:00 初心者キックボクシング 浜田★	11:00 初心者キックボクシング 木内★	11:00 初心者キックボクシング 漆館★	11:00 初心者キックボクシング 岡山★	11:00 初心者キックボクシング 木内★	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 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
13	13:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 小金 松本★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 岡山★	13:00 中級キックボクシング 木内★★	13
14	14:00 ダイエットキック 浜田★	14:00 シェイプアップムエタイ 小金 松本★	14:00 ダイエットキック 浜田★	14:00 ダイエットキック 木内★	14:00 ダイエットキック 漆館★	14:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 小金 松本★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 浜田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	15:00 ダイエットキック 岡山★	15:00 ダイエットキック 木内★	15
16	16:00 ダイエットキック 浜田★	16:00 シェイプアップムエタイ 小金 松本★	16:00 ダイエットキック 浜田★	16:00 ダイエットキック 木内★	16:00 ダイエットキック 木内★	16:00 初心者キックボクシング 岡山★	16:00 初心者キックボクシング 木内★	16
17	17:00 初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 小金★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 工藤★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 工藤★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	17:00 ダイエットキック 岡山★	17:00 ダイエットキック 木内★	17
18	18:00 ダイエットボクシング 杉山★	18:00 シェイプアップムエタイ 松本★	18:00 ダイエットボクシング 工藤★	18:00 ダイエットボクシング 工藤★	18:00 ダイエットキック 木内★	17:50 クラス終了 18:00 close		18
19	初心者 ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 岡山★	ダイエット ボクシング 工藤★	フリー&ミット 松本★	19:00 ダイエットキック 工藤★(無料体験)	19:00 ダイエットキック 工藤★	19:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	19
20	超初心者キック 岡山★	フリー&ミット 杉山★	シェイプアップ ムエタイ 松本★	フリー&ミット 工藤★	20:00 打ち込み&フィジカル 工藤★	20:00 打ち込み&フィジカル 工藤★	20:00 ダイエットキック 和田★	20
21	初心者 ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 岡山★	初心者ボクシング (フォーム重視) 工藤★(体験)	フリー&ミット 松本★	21:00 ダイエットボクシング 工藤★(無料体験)	21:00 ダイエットボクシング 工藤★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	21
22	超初心者キック 岡山★	フリー&ミット 杉山★	22:00 中級ボクシング 工藤★	22:00 フリー&ミット 工藤★	22:00 フリー&ミット 工藤★	22:00 ダイエットキック 和田★		22

※マスパーは禁止です。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。



★ファイトフィット六本木ステーション 1月時間割★

「六本木駅」改札から30秒！2018年9月18日オープン！
まるまる0円キャンペーン！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9:00~18:00 日曜9:00~18:00 (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

	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 菅★	7:10 モーニングキック 山中★(無料体験)	7:10 モーニングキック 昇侍★	7:10 モーニングキック 山下★(無料体験)	7:10 モーニングキック 中川★			7
8	8:00 初心者ボクシング 菅★	8:00 初心者キックボクシング 山中★	8:00 初心者キックボクシング 昇侍★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 山下★	8:00 初心者キックボクシング 中川★(無料体験)	9:00 open		8
9	9:00 超初心者ボクシング 菅★	9:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 昇侍★	9:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 中川★	9:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	9
10	10:00 ダイエットボクシング 菅★	10:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 昇侍★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 中川★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	10
11	11:00 超初心者ボクシング 菅★	11:00 超初心者キックボクシング 山中★	11:00 超初心者キックボクシング 昇侍★	11:00 超初心者キックボクシング 山下★	11:00 超初心者キックボクシング 中川★	11:00 超初心者キックボクシング 山中★	11:00 超初心者キックボクシング 山中★	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 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
13	13:00 ダイエットボクシング 出田★	13:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 昇侍★(無料体験)	13:00 ダイエットキック ★芹澤(無料体験)	13:00 ダイエットキック 中川★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山中★中川(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山中★中川(無料体験)	13
14	9:00 超初心者ボクシング 菅★	14:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 昇侍★	14:00 超初心者キックボクシング ★芹澤	14:00 超初心者キックボクシング 中川★	14:00 超初心者キックボクシング 山中★中川(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 山中★中川(無料体験)	14
15	8:00 初心者ボクシング 菅★	15:00 初心者キックボクシング 山中★	15:00 初心者キックボクシング ★山中(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 芹澤★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 山中★中川(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 山中★中川(無料体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 芹澤★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 山中★中川(無料体験)	16:00 ダイエットキック 山中★中川(無料体験)	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 山下★	17:00 超初心者キックボクシング 山下★	17:00 超初心者キックボクシング 山中★	17:00 超初心者キックボクシング 芹澤★	17:00 超初心者キックボクシング 山下★	17:00 超初心者キックボクシング 山中★中川	17:00 超初心者キックボクシング 山中★中川	17
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 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:50クラス終了 18:00close		18
19	19:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 芹澤★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)			19
20	20:00 初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 芹澤★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 山下★(無料体験)			20
21	21:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 芹澤★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)			21
22	22:00 ダイエットキック 山下★	22:00 ダイエットキック 山下★	22:00 ダイエットキック 山中★	22:00 ダイエットキック 芹澤★	22:00 ダイエットキック 山下★			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23



★ファイティングラボ大森 1月時間割★

JR「大森駅」徒歩3分！2019年1月20日オープン！
まるまる0円キャンペーン！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 (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

	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 平丸★(無料体験)	7:10 モーニングキック 平丸★(無料体験)	7:10 モーニングキック 平丸★(無料体験)	7:10 モーニングキック 平丸★(無料体験)	7:10 モーニングキック 平丸★(無料体験)			7
8	8:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)			8
9	9:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)			9
10	10:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)			10
11	11:00 超初心者キックボクシング 平丸★	11:00 超初心者キックボクシング 平丸★	11:00 超初心者キックボクシング 平丸★	11:00 超初心者キックボクシング 平丸★	11:00 超初心者キックボクシング 平丸★	12:00 open		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	12:10 初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	12:10 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	12
13	13:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 千葉★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 千葉★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 千葉★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 千葉★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 千葉★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 千葉★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 千葉★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 千葉★	17:00 超初心者キックボクシング 千葉★	17:00 超初心者キックボクシング 平丸★	17:00 超初心者キックボクシング 平丸★	17:00 超初心者キックボクシング 千葉★	17:00 超初心者キックボクシング 千葉★	17:00 超初心者キックボクシング 平丸★	17
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 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:50クラス終了 18:00close		18
19	19:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	※スパーリングに参加する場合は必ずマウスピース、膝当てを着用してください。 お持ちでない場合は参加をお断りすることがあります。		19
20	20:00 初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)			20
21	21:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)			21
22	22:00 ダイエットキック 千葉★	22:00 ダイエットキック 平丸★	22:00 ダイエットキック 平丸★	22:00 ダイエットキック 千葉★	22:00 ダイエットキック 千葉★			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23



★ファイトフィット渋谷道玄坂 1月時間割★

JR渋谷駅徒歩6分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！
まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7:00～23:00 土曜10:00～18:00 日曜10:00～18:00 (年中無休)

	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 山崎陽★	7:10 モーニングキックボクシング 山崎陽★	7:10 モーニングキックボクシング 山崎陽★	7:10 モーニングキックボクシング 有馬★	7:10 モーニングキックボクシング 有馬★			7			
8	8:00 初心者キックボクシング 山崎陽★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 山崎陽★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	8:00 初心者キックボクシング 有馬★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 有馬★(無料体験)			8			
9	9:00 初心者キックボクシング 山崎陽★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	9:00 初心者キックボクシング 山崎陽★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 有馬★	9:00 初心者キックボクシング 有馬★	10:00 open		9			
10	10:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	10:00 初心者キックボクシング 山崎陽★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	10:00 初心者キックボクシング 有馬★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 有馬★(無料体験)	グループキック 有馬★	初心者キック 芹澤★	10:00 初心者ボクシング 近藤★(無料体験)	10		
11	11:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	11:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	11:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	11:00 初心者キックボクシング 有馬★	11:00 初心者キックボクシング 有馬★	初心者キック 有馬★(体験)	グループキック 芹澤★	11:00 超初心者ボクシング 近藤★	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 初心者キックボクシング 芹澤★		12:00 初心者キックボクシング 中川★	12		
13	13:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	13:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	13:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	グループ ボクシング 林★	フリー&ミット 有馬★	13:00 初心者キックボクシング 有馬★芹澤	13:00 初心者キックボクシング 有馬★	初心者 ボクシング 近藤★	グループキック 中川★	13	
14	14:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	14:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	14:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	グループ ボクシング 林★(体験)	フリー&ミット 有馬★	14:00 初心者キックボクシング 有馬★芹澤(無料体験)	フリー&ミット 有馬★	グループキック 芹澤★	グループ ボクシング 近藤★	初心者キック 中川★(体験)	14
15	15:00 初心者ボクシング 芹澤★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 芹澤★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 林★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング ★芹澤	グループキック 有馬・HIRO★	初心者キック 芹澤★(体験)	初心者 ボクシング 近藤★	グループキック 中川★	15	
16	16:00 初心者ボクシング 芹澤★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 芹澤★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 林★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング ★芹澤(無料体験)	初心者キック 有馬・HIRO★	グループキック 芹澤★	グループ ボクシング 近藤★	初心者キック 中川★(体験)	16	
17	17:00 初心者ボクシング 芹澤・林★	17:00 初心者キックボクシング 芹澤★	17:00 初心者キックボクシング 高遠★	17:00 初心者ボクシング 林★	17:00 初心者キックボクシング ★芹澤	グループキック 有馬・HIRO★	初心者キック 芹澤★	初心者 ボクシング 近藤★	初心者キック 中川★	17	
18	18:00 初心者ボクシング 林★	18:00 初心者キックボクシング 浩太郎★	18:00 初心者キックボクシング 雑賀★	18:00 初心者キックボクシング ★柏崎	18:00 初心者キックボクシング ★芹澤	17:50クラス終了 18:00close		18			
19	グループ ボクシング 藤井重★	初心者 ボクシング 林★(体験)	グループキック 浩太郎★	初心者キック 芹澤★(体験)	グループ ボクシング 高遠★	初心者キック 雑賀★(体験)	グループ ボクシング 林★	初心者キック 柏崎★(体験)	19:00 初心者キックボクシング ★小森	19	
20	初心者 ボクシング 藤井重★	グループ ボクシング 林★	初心者キック 浩太郎★	グループキック 芹澤★	初心者 ボクシング 高遠★	グループキック 雑賀★	初心者 ボクシング 林★	グループキック 柏崎★	初心者キック 芹澤★	グループキック 小森★	20
21	グループ ボクシング 藤井重★	初心者 ボクシング 林★	グループキック 浩太郎★	初心者キック 芹澤★(体験)	グループ ボクシング 高遠★	初心者キック 雑賀★(体験)	グループ ボクシング 林★	初心者キック 柏崎★(体験)	グループキック 芹澤★	初心者キック 小森★(体験)	21
22	初心者 ボクシング 藤井重★	初心者 ボクシング 林★	グループキック 浩太郎★	初心者キック 芹澤★	初心者 ボクシング 高遠★	初心者キック 雑賀★	初心者 ボクシング 林★	初心者キック 柏崎★	グループキック 芹澤★	初心者キック 小森★	22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23		



★ファイトフィット渋谷宮益坂 1月時間割★

JR「渋谷駅」ハチ公口徒歩5分！2017年6月15日オープン！！
まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7：00～23：00 土曜12：00～18：00 日曜12：00～18：00（年中無休）

	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 野口★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 野口★(無料体験)	7:10 モーニングキック ★柏崎(無料体験)	7:10 モーニングキック 山崎陽★(無料体験)	7:10 モーニングキック 山崎陽★(無料体験)			7			
8	8:00 ダイエットキック 野口★(無料体験)	8:00 ダイエット ボクシング 野口★(無料体験)	8:00 ダイエットキック ★柏崎(無料体験)	8:00 ダイエットキック 山崎陽★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 山崎陽★(無料体験)			8			
9								9			
10	10:00 超初心者キックボクシング 野口★(無料体験)	10:00 初心者ボクシング 野口★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング ★柏崎(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 山崎陽★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 山崎陽★(無料体験)			10			
11	11:00 初心者キックボクシング 彩岡・野口★	11:00 超初心者ボクシング 野口★	11:00 初心者キックボクシング ★柏崎	11:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	11:00 初心者キックボクシング 山崎陽★	12:00 open		11			
12	12:00 ダイエットキック 彩岡★	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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山下・松田)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(市川・小森)	12			
13	13:00 超初心者キックボクシング 彩岡・野口★	13:00 初心者ボクシング 近藤★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 近藤★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山崎陽★(無料体験)	初心者 ボクシング 近藤★(体験)	超初心者キック 山崎陽★	初心者 ボクシング 山下★	超初心者キック 松田★	初心者 ボクシング 小森★	超初心者キック 市川★	13
14	14:00 ダイエットキック 彩岡★野口	14:00 ダイエットボクシング 近藤★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 近藤★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 山崎陽★(無料体験)	ダイエット ボクシング 近藤★	ダイエットキック 山崎陽★(体験)	ダイエット ボクシング 山下★	ダイエットキック 松田★(体験)	ダイエット ボクシング 小森★	ダイエットキック 市川★(体験)	14
15	15:00 上級キック 昇侍★★彩岡	15:00 初心者ボクシング 近藤★	15:00 初心者ボクシング 近藤★	15:00 初心者ボクシング 浦辺★	15:00 初心者ボクシング 近藤★	初心者 ボクシング 山下★	初心者キック 松田★	初心者 ボクシング 小森★	初心者キック 市川★	15	
16	16:00 ダイエットキック 昇侍★柏崎(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 近藤★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 近藤★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 浦辺★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 近藤★(無料体験)	ダイエット ボクシング 山下★(無料)	ダイエットキック 松田★(体験)	ダイエット ボクシング 小森★	ダイエットキック 市川★(体験)	16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 昇侍★柏崎(無料体験)	17:00 ダイエットボクシング 近藤★	17:00 超初心者ボクシング 近藤★	17:00 超初心者ボクシング 浦辺★	17:00 超初心者ボクシング 近藤★	初心者 ボクシング 山下★	超初心者キック 松田★	初心者 ボクシング 小森★	超初心者キック 市川★	17	
18	18:00 初心者キックボクシング 昇侍★柏崎(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 高★	18:00 初心者ボクシング 小森★	18:00 初心者キックボクシング 小森★	18:00 初心者ボクシング 近藤★	17:50クラス終了 18:00close				18	
19	19:00 超初心者キックボクシング 昇侍★(無料体験)	超初心者キック 尾崎★(体験)	初心者 ボクシング 高★	超初心者キック 小森★	初心者 ボクシング 塚原★(体験)	初心者 ボクシング 浦辺★	19:00 超初心者キックボクシング 昇侍★(無料体験)				19
20	20:00 初心者キックボクシング 昇侍★柏崎(無料体験)	レディースキック 尾崎★(体験)	ダイエット ボクシング 小柳★高	レディースキック 小森★	ダイエット ボクシング 塚原★(体験)	ダイエット ボクシング 浦辺★	20:00 初心者キックボクシング 昇侍★小柳				20
21	21:00 ダイエットキック 昇侍★柏崎(無料体験)	21:00 ダイエット キック 尾崎★	21:00 超初心者 ボクシング 小柳★高	21:00 ダイエット キック 小森★	21:00 ダイエット キック 小森★	21:00 超初心者 ボクシング 浦辺★	21:00 ダイエットキック 昇侍★小柳(無料体験)				21
22	22:00 初心者キック 昇侍★						22:00 ダイエットキック 昇侍★小柳				22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23		



★ファイトフィット秋葉原 1月時間割★

JR秋葉原駅昭和通り口徒歩3分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！

まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7:00～23:00 土曜12:00～18:00 日曜12:00～18:00 (年中無休)

	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 遠藤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 遠藤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 遠藤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 遠藤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 遠藤★(無料体験)	<p>※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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。</p> <p style="text-align: center;">12:00 open</p>		7		
8	8:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)			8		
9	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)			9		
10	10:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)			10		
11	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)			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			12:10 超初心者ボクシング 張谷★(無料体験)	12:10 初心者ボクシング 森口★(無料体験)	12
13	13:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 遠藤 庄司★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)・遠藤			13:00 超初心者ボクシング 張谷★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 森口★(無料体験)	13
14	14:00 ダイエットキック 遠藤★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 遠藤 庄司★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 遠藤★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 遠藤★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 庄司★(無料体験)・遠藤			14:00 超初心者ボクシング 張谷★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 杉山功一★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)			15:00 初心者ボクシング 張谷★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 森口★(無料体験)	15
16	16:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 杉山功一★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)			16:00 中級ボクシング 張谷★★	16:00 初心者ボクシング 森口★(無料体験)	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 杉山功一★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)	17:00 フリー&ミット 張谷★	17:00 フリー&ミット 森口★	17		
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 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:50クラス終了 18:00close		18		
19	19:00 超初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 杉山功一★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング&美原トレーニング 塚原★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)			19		
20	20:00 超初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	20:00 初心者ボクシングテクニック 杉山功一★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)			20		
21	21:00 中級キックテクニック 和田★★	21:00 中級ボクシング 森口★★	21:00 中級ボクシング 杉山功一★★	21:00 中級ボクシング 塚原★★	21:00 中級キックボクシング 浦辺★★			21		
22	22:00 フリー&ミット 和田★	22:00 フリー&ミット 森口★	22:00 フリー&ミット 杉山功一★	22:00 フリー&ミット 塚原★	22:00 フリー&ミット 浦辺★			22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23	



★ファイトフィット秋葉原駅前 1月時間割★

2018年5月31日オープン！JR秋葉原駅昭和通り口徒歩1分！！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7：00～23：00 土曜9：00～18：00 日曜9：00～18：00（年中無休）

	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 森口★(無料体験)	7:10 モーニングキック 栗山★(無料体験)	7:10 モーニングキック 栗山★(無料体験)	7:10 モーニングキック 栗山★(無料体験)	7:10 モーニングキック 栗山★(無料体験)			7				
8	8:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	9:00 open		8				
9	9:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	9:10 ダイエットボクシング 森口★	初級グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 森口★	9			
10	10:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	10:00 超初心者ボクシング 森口★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 杉山★	10			
11	11:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	初級 グループキック 浜田★(体験)	フリー&ミット 森口★	初級グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 森口★	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 ヨガ 河内★	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 浜田★	12:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	12			
13	13:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	初級 グループキック 浜田★(体験)	フリー&ミット 森口★	13:00 超初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	13			
14	14:00 ダイエットボクシング 森口★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 栗山★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 栗山★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 栗山★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 栗山★(無料体験)	14:10 キックアウト(有酸素キック) MINORIN★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 杉山★	14			
15	15:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	初級 グループキック 浜田★(体験)	フリー&ミット 森口★	初級グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 森口★	15		
16	16:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 浜田★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 杉山★	16		
17	17:00 ダイエットキック 小島★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	グループキック 栗山★(体験)	フリー&ミット 森口★	初級 グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 小島★	17:00 ダイエットキック 小島★(体験)	初級 グループキック 浜田★(体験)	フリー&ミット 森口★	初級グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 森口★	17
18	18:00 ダイエットキック 小島★	18:00 ダイエットキック 栗山★(無料体験)	グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 栗山★	初級グループ キックボクシング 小島★(体験)	フリー&ミット 森口★	18:00 ダイエットキック 小島★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18		
19	グループキック 小島★(体験)	フリー&ミット 浦辺★	19:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	グループキック 浦辺★(体験)	フリー&ミット 森口★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 小島★	初級グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 小島★	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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		19
20	フリー&ミット 小島★	グループキック 浦辺★(体験)	20:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	フリー&ミット 浦辺★	グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 森口★	グループキック 小島★(体験)	フリー&ミット 杉山★	グループキック 小島★(体験)	20		
21	グループキック 小島★(体験)	フリー&ミット 浦辺★	21:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	グループキック 浦辺★(体験)	フリー&ミット 森口★	グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 小島★	グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 小島★	21		
22	フリー&ミット 小島★	初心者キック 浦辺★(体験)	22:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	フリー&ミット 森口★	初心者キック 浦辺★(体験)	初心者キック 小島★(体験)	フリー&ミット 森口★	初心者キック 小島★(体験)	フリー&ミット 杉山★	22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23			



★ファイトフィット新宿 1月時間割★

JR新宿駅西口徒歩6分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7:00～23:00 土曜12:00～18:00 日曜12:00～18:00 (年中無休)

	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 石戸谷★	7:10 モーニングボクシング 菅★	7:10 モーニングボクシング 出田★	7:10 モーニングキック 石戸谷★	7:10 モーニングテコンドー 並木★			7					
8	8:00 初心者キック 石戸谷★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 菅★	8:00 初心者ボクシング 出田★	8:00 初心者キック 石戸谷★(無料体験)	8:00 テコンドーキック 並木★			8					
9	9:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★	9:00 超初心者ボクシング 菅★	9:00 超初心者ボクシング 出田★	9:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★	9:00 超初心者キックボクシング 並木★			9					
10	10:00 ダイエットキック 石戸谷★	10:00 ダイエット ボクシング 菅★	10:00 ダイエット ボクシング 出田★	10:00 ダイエットキック 石戸谷★	10:00 初級フィジカル 並木★			10					
11					11:00 テコンドーキック 並木★			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 ヨガ LINA★	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クラス開始		12					
13	初心者ボクシング 濱道★	超初心者キック 石戸谷★(体験)	13:00 超初心者ボクシング 菅★	13:00 超初心者ボクシング 濱道★	初心者ボクシング 濱道★	超初心者キック 石戸谷★(体験)	13:00 超初心者ボクシング 濱道★	初心者ボクシング 森光★	超初心者キック 野口★(体験)	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	フリー&ミット 菅★	13	
14	超初心者ボクシング 濱道★(体験)	初心者キック 石戸谷★	14:00 ダイエットボクシング 菅★	14:00 ダイエットボクシング 濱道★(無料体験)	超初心者ボクシング 濱道★(体験)	初心者キック 石戸谷★	14:00 ダイエットボクシング 濱道★	初心者ボクシング 森光★	ダイエットキック 野口★	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	フリー&ミット 菅★	14	
15	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	超初心者ボクシング 森光★	初心者キック 野口★(体験)	フリー&ミット 箕浦★	超初心者ボクシング 菅★			15	
16	16:00 初心者ボクシング 濱道★	16:00 初心者ボクシング 濱道★	16:00 初心者ボクシング 濱道★	16:00 初心者ボクシング 濱道★	16:00 初心者ボクシング 濱道★	初心者ボクシング 森光★	ダイエットキック 野口★	超初心者ボクシング 箕浦★(体験)	フリー&ミット 菅★			16	
17	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	初心者ボクシング 森光★	キックボクシング 野口★	フリー&ミット 箕浦★	初心者ボクシング 菅★			17	
18	18:00 ダイエットボクシング 濱道★	初心者ボクシング 濱道★	ダイエットキック 藤井啓★(体験)	初心者ボクシング 濱道★	ダイエットキック 浩太郎★(体験)	18:00 ダイエットキック 藤井啓吾★	キックボクシング 須藤★	超初心者ボクシング 菅★	17:50クラス終了 18:00close			18	
19	初心者キック 須藤★	初級フィジカル 杉本★	キックボクシング 須藤★	超初心者キック 中桐★(体験)	フリー&ミット 藤井啓吾★	初級フィジカル 杉本★	初心者ボクシング 菅★	初心者キック 浩太郎★	19:00	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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		19	
20	キックボクシング 須藤★	中級フィジカル 杉本★	初心者ボクシング 横田★(体験)	フリー&ミット 須藤★	ダイエットキック 中桐★	超初心者キック 藤井啓吾★	中級フィジカル 杉本★	初心者ボクシング 菅★	超初心者 キック 浩太郎★(体験)			19:00 超初心者 ボクシング 菅★	20
21	21:00	初心者ボクシング 横田★	キックボクシング 須藤★	ダイエットキック 中桐★	フリー&ミット 藤井啓吾★	超初心者ボクシング 菅★	超初心者 寝技 浩太郎★	21:00	超初心者キック 藤井啓吾★			初心者キック 須藤★	超初心者ボクシング 菅★
22	初心者キック 須藤★	中級ボクシング 横田★	フリー&ミット 須藤★	超初心者 総合 中桐★	初心者キック 藤井啓吾★	初心者ボクシング 菅★	超初心者 総合 浩太郎★	21:00 ダイエット キック 吉田貴広★	初心者キック 藤井啓吾★	キックボクシング 須藤★	初心者ボクシング 菅★	22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close											23	



★ファイトフィット新宿西口駅前 1月時間割★

JR新宿駅西口徒歩3分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7:00～23:00 土曜10:00～18:00 日曜10:00～18:00 (年中無休)

	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 伊東★	7:10 モーニングキック 伊東★	7:10 モーニングキック 伊東★	7:10 モーニングキック 時岡★	7:10 モーニングキック 石戸谷★			7				
8	8:00 キックボクシング 伊東★	8:00 キックボクシング 伊東★	8:00 キックボクシング 伊東★	8:00 キックボクシング 時岡★	8:00 キックボクシング 石戸谷★			8				
9	9:00 超初心者キックボクシング 伊東★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 伊東★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 伊東★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 石戸谷(無料体験)	10:00 open		9				
10	10:00 ダイエットキック 伊東★	10:00 ダイエットキック 伊東★	10:00 ダイエットキック 伊東★	10:00 ダイエットキック 時岡★	10:00 ダイエットキック 石戸谷★	10:10 初心者キック 中桐★	10:10 初心者キック 中桐★	10				
11						11:00 超初心者キックボクシング 中桐★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 中桐★(無料体験)	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 ヨガ LINA★	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	初心者キック 中桐★	初心者ボクシング 相馬★	超初心者 ボクシング 森光★	初心者キック 中桐★	12		
13	13:00 超初心者キックボクシング 伊東★	13:00 超初心者キックボクシング 伊東★	13:00 超初心者キックボクシング 伊東★	13:00 超初心者ボクシング 出田★	超初心者キック 石戸谷★	超初心者 ボクシング 出田★	13:00 超初心者ボクシング 相馬★	13:00 超初心者ボクシング 森光★	13			
14	14:00 ダイエットキック 伊東★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 伊東★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 伊東★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 出田★	ダイエットキック 石戸谷★(体 験)	初心者ボクシング 出田★	ダイエットキック 中桐★(体験)	初心者ボクシング 相馬★	超初心者 ボクシング 森光★	ダイエットキック 中桐★(体験)	14	
15	15:00 ダイエットキック 伊東★	15:00 ダイエットキック 伊東★	15:00 ダイエットキック 伊東★		ダイエットキック 石戸谷★(体 験)	ダイエット ボクシング 出田★	ダイエットキック 中桐★	ダイエット ボクシング 相馬★	初心者ボクシング 森光★	ダイエットキック 中桐★	15	
16	16:00 キックボクシング 須藤★	16:00 キックボクシング 伊東★	16:00 初心者ボクシング 菅★	16:00 初心者ボクシング 出田★	初心者キック 石戸谷★(体験)	超初心者 ボクシング 出田★	初心者キック 中桐★(体験)	超初心者 ボクシング 相馬★	16:00 初心者 ボクシング 森光★	初心者キック 中桐★(体験)	16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 須藤★	17:00 超初心者キックボクシング 須藤★	17:00 超初心者ボクシング 菅★	17:00 超初心者ボクシング 出田★	17:00 超初心者ボクシング 出田★		超初心者キック 中桐★	初心者ボクシング 相馬★	初心者 ボクシング 森光★	超初心者キック 中桐★	17	
18	18:00 ダイエットキック 浩太郎★	フリー&ミット 須藤★	18:00 超初心者ボクシング 菅浦★(体験)	18:00 ダイエットキック 齋藤友★(体験)	18:00 ダイエットキック 浩太郎★(体験)	17:50クラス終了 18:00close		18				
19	超初心者キック 浩太郎★(体験)	ダイエットキック 吉田貴広★	ダイエットキック 吉田貴広★	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	初心者 ボクシング 森光★	ダイエット キック 石橋★	超初心者キック 齋藤友★	超初心者 ボクシング 菅★	超初心者キック 浩太郎★	初心者 ボクシング 森光★	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 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	19
20	ダイエットキック 浩太郎★	キック ボクシング 吉田貴広★	キック ボクシング 吉田貴広★	初心者 ボクシング 箕浦★	超初心者 ボクシング 森光★	初心者 キック 石橋★	超初心者キック 齋藤友★(体験)	ダイエット ボクシング 菅★	超初心者キック 浩太郎★(体験)	初心者 ボクシング 森光★		20
21	超初心者キック 浩太郎★	ダイエットキック 吉田貴広★	ダイエットキック 吉田貴広★	21:00 超初心者 ボクシング 箕浦★	初心者 ボクシング 森光★	ダイエット キック 石橋★	ダイエットキック 齋藤友★	超初心者 ボクシング 菅★	ダイエットキック 浩太郎★	21:00 超初心者 ボクシング 森光★	※ヨガクラスの時間はサンドバッグの使用及び 自主練習はできません。	21
22	ダイエットキック 浩太郎★	キック ボクシング 吉田貴広★	キック ボクシング 吉田貴広★		超初心者 ボクシング 森光★	キック ボクシング 石橋★	キック ボクシング 齋藤友★	初心者 ボクシング 菅★	超初心者総合 浩太郎★			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23			



★ファイトフィット池袋西口1月時間割★

JR池袋駅西口徒歩3分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7:00～23:00 土曜12:00～18:00 日曜12:00～18:00 (年中無休)

	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 田中峻★	7:10 モーニングボクシング 谷本★	7:10 ヨガ&ストレッチ 五十川・谷本★	7:10 モーニングボクシング 出田★	7:10 モーニングキック 田中一★			7
8	8:00 キックボクシング 田中峻★	8:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	8:00 ダイエットボクシング 谷本★	8:00 ダイエットボクシング 出田★(無料体験)	8:00 キックボクシング 田中一★			8
9	9:00 超初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	9:00 ダイエットボクシング 谷本★	9:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	9:00 ダイエットボクシング 出田★	9:00 超初心者キックボクシング 田中一★			9
10	10:00 ダイエットキック 田中峻★	10:00 超初心者ボクシング 谷本★	超初心者ボクシング 谷本★	10:00 超初心者ボクシング 出田★	10:00 ダイエットキック 田中一★			10
11	11:00 ダイエットキック 橋本真★	11:00 初心者ボクシング 谷本★	11:00 初心者ボクシング 谷本★	11:00 初心者ボクシング 出田★	11:00 ダイエットキック 田中一★			11
12	12:00 初心者キックボクシング 橋本真(無料体験)	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
13	13:00 超初心者キックボクシング 橋本真★	13:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 谷本★	13:00 ダイエットキック 小山★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 森脇★	ダイエットキック 田中一★	13:00	13
14	14:00 ダイエットキック 橋本真★	14:00 超初心者ボクシング 谷本★	14:00 超初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小山★	14:00 超初心者キックボクシング 森脇★(無料体験)	ダイエットボクシング 田中一★	ダイエットキック 池田★	14
15	15:00 ダイエットキック 橋本真★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 谷本★	15:00 初心者キックボクシング 小山★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 森脇★	キックボクシング 田中一★	ボディメイク 谷本★	15
16	16:00 キックボクシング 森脇★	16:00 ダイエットボクシング 谷本★	16:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 小山★	16:00 ダイエットキック 森脇★(無料体験)	初心者ボクシング 藤井重★	キックボクシング 池田★	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 森脇★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 谷★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 池田★	17:00 超初心者キックボクシング 小山★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 森脇★	ダイエットキック 田中一★	ダイエットボクシング 谷本★	17
18	18:00 ダイエットボクシング 波田★(無料体験)	18:00	18:00 ダイエットキック 池田★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 橋本真★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 森脇★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18
19	初心者キック 森脇★	19:00 初心者キック 谷★	19:00 初心者キックボクシング 尾崎★	初心者キック 尾崎★	19:00 超初心者キック 上田★	19:00		19
20	ダイエットボクシング 波田★	19:00	20:00 ヨガ&ストレッチ 五十川・尾崎★	ボディメイク 橋本真★	19:00	フリー&ミット 尾崎・橋本真		20
21	超初心者キック 森脇★(体験)	フリー&ミット 波田・森脇	21:00	ダイエットキック 尾崎★(体験)	初心者キック 上田★(体験)	フリー&ミット 上田・尾崎		21
22	初心者ボクシング 波田★	初心者ボクシング 小山★	キックテクニク 合川★	フリー&ミット 合川・尾崎	22:00 ヨガ&ストレッチ 五十川・尾崎★	キックテクニク 尾崎★		22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23

※ファイトフィットはマスパーは禁止です。
 対人練習を行う場合は、必ずインストラクター

※ヨガクラスの時間は
 サンドバッグの使用及び自主練習はできません。



★ファイトフィット池袋東口 1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円キャンペーン! 入会金無料! 月謝まるまる2ヶ月間無料!

【営業時間】 月~金曜7:00~23:00 土曜9:00~18:00 日曜9:00~18:00 (年中無休)

	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 時岡★	7:10 モーニングボクシング 出田★	7:10 モーニングボクシング 野口★	モーニング ヨガ 五十川★	モーニング ボクシング 谷本★(体験)	モーニング ヨガ 五十川★	モーニング キック 野口★(体験)	9:00 open		7			
8	8:00 キックボクシング 時岡★(無料体験)	8:00 ボクシング 出田★	8:00 ボクシング 野口★(無料体験)	8:00 ボクシング 谷本★		8:00 キックボクシング 野口★				8			
9	9:00 超初心者キックボクシング 時岡★	9:00 超初心者ボクシング 出田★	9:00 超初心者ボクシング 野口★	9:00 超初心者ボクシング 谷本★(無料体験)		9:00 超初心者キックボクシング 野口★(無料体験)		9:10 超初心者ボクシング 関根★	9:10 超初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	9			
10	10:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 出田★	10:00 ダイエットボクシング 野口★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 谷本★		10:00 ダイエットキック 野口★		10:00 初心者ボクシング 関根★	有酸素 ボクシング 照井★(体験)	フリー&ミット 時岡★	10		
11	11:00 超初心者キックボクシング 時岡★	11:00 超初心者ボクシング 出田★	11:00 超初心者ボクシング 野口★	11:00 超初心者ボクシング 谷本★		11:00 超初心者キックボクシング 野口★		11:00 ダイエットボクシング 関根★	フリー&ミット 照井★	初心者キック 時岡★(体験)	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 超初心者ボクシング 箕浦★(無料体験)	12:00 超初心者キックボクシング 照井★(無料体験)		12		
13	13:00 超初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	13:00 超初心者ボクシング 出田★	13:00 超初心者ボクシング 野口★(無料体験)	13:00 超初心者ボクシング 谷本★		13:00 超初心者ボクシング 野口★		初心者 ボクシング 関根★	超競技初心者 大野★	13:00 初心者キック 時岡★(無料体験)	13		
14	14:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 出田★	14:00 ダイエットボクシング 野口★	14:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)		14:00 ダイエットボクシング 野口★(無料体験)		初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	フリー&ミット 関根★	超初心者 総合 大野★	ダイエットキック 照井★(体験)	フリー&ミット 時岡★	14
15	15:00 ダイエットキック 時岡★	15:00 ダイエットボクシング 出田★	15:00 ダイエットボクシング 野口★	15:00 ダイエットボクシング 谷本★		15:00 ダイエットボクシング 野口★		15:00 超初心者ボクシング 関根★		フリー&ミット 照井★	超初心者 総合 大野★	初心者 キック 時岡★(体験)	15
16	16:00 キックボクシング 大野★	16:00 キックボクシング 森脇★	16:00 キックボクシング 森脇★	16:00 初心者ボクシング 谷本★		16:00 初心者ボクシング 野口★		ダイエット ボクシング 箕浦★(体験)	フリー&ミット 関根★	ダイエットキック 照井★(体験)	フリー&ミット 時岡★	16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 大野★	17:00 超初心者キックボクシング 森脇★	17:00 超初心者キックボクシング 森脇★	17:00 超初心者ボクシング 谷本★		17:00 超初心者ボクシング 箕浦★(無料体験)		17:00 初心者ボクシング 関根★		フリー&ミット 照井★	超初心者 キック 時岡★	17	
18	18:00 ダイエットボクシング 箕浦★	18:00 ダイエットキック 田中峻★(無料体験)	18:00 ダイエットボクシング 波田★(無料体験)	18:00 ダイエットボクシング 箕浦★(無料体験)		18:00 ダイエットボクシング 箕浦★		17:50クラス終了 18:00 close		18			
19	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	超競技初心者 大野★	フリー&ミット 田中峻★	超初心者 キック 森脇★	初心者 ボクシング 波田★	超初心者キック 森脇★	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	超初心者 キック 須藤★	超競技 初心者 大野★	19:00 超初心者ボクシング 箕浦★(無料体験)		19	
20	初心者 ボクシング 箕浦★	超初心者総合 大野★	超初心者 キック 田中峻★(体験)	フリー&ミット 森脇★	超初心者 ボクシング 波田★	初心者キック 森脇★(体験)	初心者 ボクシング 箕浦★	初心者キック 須藤★(体験)	超初心者 総合 大野★	20:00 初心者ボクシング 箕浦★		20	
21	ダイエット ボクシング 箕浦★(体験)	超初心者総合 大野★	フリー&ミット 田中峻★	ダイエット キック 森脇★	ダイエット ボクシング 波田★	超初心者 キック 森脇★	ダイエット ボクシング 箕浦★(体験)	超初心者 キック 須藤★	超初心者 総合 大野★	21:00 ダイエットボクシング 箕浦★(無料体験)		21	
22	22:00 超初心者ボクシング 箕浦★	初心者キック 田中峻★	フリー&ミット 森脇★	超初心者 ボクシング 波田★	キックテクニク 森脇★	超初心者 ボクシング 箕浦★	キックテクニク 須藤★	22:00 ヨガ 五十川★				22	
23	22:50クラス終了 23:00 close										23		



★ファイティングラボ五反田 1月時間割★

JR「五反田駅」徒歩3分！2017年5月10日オープン！

まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】月曜～金曜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

	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 石谷★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 石谷★(無料体験)	7:10 モーニングキック 石谷★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 石谷★(無料体験)	7:10 モーニングキック 石谷★(無料体験)				7
8	8:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	8:00 ダイエットボクシング 石谷★	8:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	8:00 ダイエットボクシング 石谷★	8:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)				8
9									9
10	10:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	10:00 超初心者ボクシング 石谷★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	10:00 超初心者ボクシング 石谷★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)				10
11	11:00 初心者キックボクシング 石谷★	11:00 初心者ボクシング 石谷★	11:00 初心者キックボクシング 石谷★	11:00 初心者ボクシング 石谷★	11:00 初心者キックボクシング 石谷★				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
13	13:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 石谷★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 石谷★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	超初心者キック 櫻井★	フリー&ミット 近藤★	13:00 初心者ボクシング 工藤★	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 石谷★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 石谷★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	ダイエット ボクシング 近藤★	フリー&ミット 櫻井★	14:00 初心者キックボクシング 工藤★	14
15	15:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 石谷★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 石谷★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	初心者キック 櫻井★	フリー&ミット 近藤★	15:00 ダイエットボクシング 工藤★	15
16	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 石谷★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 石谷★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	初心者 ボクシング 近藤★(体験)	キックマス 櫻井★★	17:00 初心者ボクシング 工藤★(無料体験)	16
17	17:00 超初心者キック 中村★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 塚原★	17:00 超初心者キック 芹澤★	17:00 超初心者キック 石谷★	17:00 超初心者キック 岡山★	超初心者キック 櫻井★	マスボクシング 近藤★★	18:00 マスボクシング 工藤★★	17
18	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(中村)	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(塚原)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(芹澤)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(岡山)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(岡山)	17:50クラス終了 18:00close			18
19	初級 グループキック 中村剣★(体験)	フリー&ミット 佐々木★	19:00 初心者ボクシング 塚原★	19:00 初級グループキック 芹澤★桜井(体験)	超初心者キック 岡山★	初級 グループキック 中村剣★(体験)	フリー&ミット 岡山★	※スパリングに参加する場合は必ずマウスピース、 膝当てを必ず着用してください。 お持ちでない場合は参加をお断りすることがあります。	19
20	ダイエット ボクシング 佐々木★	フリー&ミット 中村剣★	20:00 ダイエットボクシング 塚原★	20:00 ダイエットキック 芹澤★桜井(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 岡山	超初心者キック 岡山★	フリー&ミット 中村剣★		20
21	ダイエットキック 中村剣★(体験)	フリー&ミット 佐々木★	21:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 芹澤★桜井(無料体験)	21:00 超初心者キック 岡山★(無料体験)	ダイエットキック 中村剣★(体験)	フリー&ミット 岡山★		21
22	初心者 ボクシング 佐々木★	フリー&ミット 中村剣★	22:00 マスボクシング 塚原★★	22:00 ダイエットキック 芹澤★	22:00 初心者キックボクシング 岡山★	超初心者キック 岡山★	フリー&ミット 中村剣★		22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイトフィット吉祥寺 1月時間割★

2017年12月17日オープン！JR「吉祥寺駅」東口徒歩1分！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7：00～23：00 土曜9：00～18：00 日曜9：00～18：00（年中無休）

	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 岩渕★	7:10 モーニングキック 岩渕★	7:10 モーニングキック 津崎★	7:10 モーニングキック 岩渕★	7:10 モーニングキック 高野★			7			
8	8:00 グループキック 岩渕★	8:00 グループキック 岩渕★	8:00 グループキック 津崎★	8:00 グループキック 岩渕★	8:00 キックボクシング 高野★	9:00 open		8			
9	9:00 無料体験者優先 山岡★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 山岡★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 津崎★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 山岡★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 高野★(超初心者キック)	9:10 初心者キックボクシング 大貫★	初心者キック 岩渕★(体験)	グループキック 大貫★	9		
10	10:00 ダイエットキック 岩渕★★	10:00 ダイエットキック 岩渕★★	10:00 ダイエットキック 津崎★★	10:00 ダイエットキック 岩渕★★	10:00 ダイエットキック 高野★★	初心者キック 大貫★(体験)	グループキック 佐野★	グループキック 岩渕★	超初心者キック 大貫★	10	
11	11:00 グループキック 岩渕★	11:00 グループキック 岩渕★	11:00 グループキック 津崎★	11:00 グループキック 岩渕★	11:00 グループキック 高野★	グループキック 千葉★	フリー&ミット 佐野★	10:45 アシュタンガヨガ入門 ちほ★		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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山岡)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(津崎)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山岡)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:45 アシュタンガヨガ入門 ちほ★		12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山岡)		12	
13	13:00 グループダイエットキック 村越★	13:00 グループダイエットキック 村越★	13:00 グループダイエットキック 村越★	13:00 グループダイエットキック 佐野★	13:00 グループダイエットキック 村越★	13:00 グループキック 佐野★	初心者キック 岩渕★(体験)	グループキック 大貫★		13	
14	14:00 超初心者キックボクシング 村越★	14:00 超初心者キックボクシング 村越★	14:00 超初心者キックボクシング 村越・津崎★	14:00 超初心者キックボクシング 佐野★	14:00 超初心者キックボクシング 村越★	グループキック 大貫★	フリー&ミット 佐野★	グループキック 岩渕★	超初心者キック 大貫★	14	
15	15:00 グループキック 村越★	15:00 グループキック 村越★	15:00 グループキック 村越★	15:00 グループキック 佐野★	15:00 ダイエットキック 村越★	初心者キック 大貫★(体験)	グループキック 佐野★	初心者キック 岩渕★(体験)	グループキック 大貫★	15	
16	16:00 キックボクシング 村越★	16:00 キックボクシング 村越★	16:00 キックボクシング 村越★	16:00 キックボクシング 佐野★	グループキック 村越★	初心者 ボクシング 林★	グループキック 大貫★	初心者キック 佐野★(体験)	16:00 グループキック 山岡★	16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 村越★	17:00 超初心者キックボクシング 村越★	17:00 超初心者キックボクシング 村越★	17:00 超初心者キックボクシング 佐野★	フリー&ミット 村越★	フィジカル &ボクシング 林★	フリー&ミット 大貫★	グループ ボクシング 佐野★	17:00 グループキック 山岡★	17	
18	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山岡)	18:00 レディースダイエットキック 岩渕★★(女性限定)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(高野)	18:00 レディースダイエットキック 岩渕★★(女性限定)	18:00 ヨガ ちほ★	17:50 クラス終了18:00 close		18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山岡)		18	
19	グループキック 大貫★	初心者キック 岩渕★(体験)	グループキック 岩渕★	初心者 ボクシング 林★	グループキック 高野★	超初心者キック 岩渕★(体験)	グループキック 石垣★	初心者キック 岩渕★(体験)	初心者キック 大貫★	フィジカル &ボクシング 林★	19
20	ダイエットキック 大貫★	グループキック 大貫★	初心者キック 岩渕★(体験)	フィジカル &ボクシング 林★	超初心者キック 高野★(体験)	グループキック 岩渕★	初心者キック 石垣★(体験)	グループキック 岩渕★	グループ ボクシング 大貫★	初心者 ボクシング 林★	20
21	グループキック 大貫★	初心者キック 岩渕★(体験)	ダイエットキック 岩渕★	フリー&ミット 林★	グループキック 高野★	超初心者キック 岩渕★(体験)	ダイエットキック 石垣★	初心者キック 岩渕★(体験)	初心者キック 大貫★(体験)	フィジカル &ボクシング 林★	21
22	初心者キック 岩渕★	超初心者キック 大貫★	超初心者キック 岩渕★(体験)	フィジカル &ボクシング 林★	超初心者キック 高野★	初心者キック 岩渕★	初心者キック 石垣★	超初心者キック 岩渕★	超初心者キック 大貫★	フリー&ミット 林★	22
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23

※ヨガクラスの時間はサンドバッグの使用及び
 自主練習はできません。



★ファイティングラボ赤羽 1月時間割★

2018年5月16日オープン！JR「赤羽駅」徒歩1分！リング併設！
まるまる0円キャンペーン！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 (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

	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 出田★(無料体験)	7:10 モーニングキック 田中峻★(無料体験)	7:10 モーニングキック 田中峻★(無料体験)	7:10 モーニングキック 木山★(無料体験)	7:10 モーニングキック 森貴慎★(無料体験)			7	
8	8:00 初心者ボクシング 出田★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 木山★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)			8	
9	9:00 超初心者ボクシング 出田★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 木山★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)			9	
10	10:00 初級グループボクシング 出田★(無料体験)	10:00 初級グループボクシング 田中峻★(無料体験)	10:00 初級グループボクシング 田中峻★(無料体験)	10:00 初級グループボクシング 木山★(無料体験)	10:00 初級グループボクシング 森貴慎★(無料体験)			10	
11	11:00 ボクシングマスパ 出田★★	11:00 キックマスパ 田中峻★★	11:00 キックマスパ 田中峻★★	11:00 キックマスパ 木山★★	11:00 キックマスパ 森貴慎★★	12:00 open		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	12:10 初級グループボクシング 田中峻★	初心者キック 佐々木康★(体験)	12:00	
13	13:00 ダイエットキック 佐々木康★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 田中峻★	13:00 ダイエットキック 木山★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	キックテクニク 神山★★	13	
14	14:00 超初心者キックボクシング 佐々木康★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 木山★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)	超初心者キック 新井★	14:00	14	
15	15:00 初級グループボクシング 森貴慎★(無料体験)	15:00 初級グループボクシング 森貴慎★(無料体験)	15:00 初級グループボクシング 佐々木康★(無料体験)	15:00 初級グループボクシング 森脇★(無料体験)	15:00 初級グループボクシング 森貴慎★(無料体験)	ダイエットキック 田中峻★(体験)	フリー&ミット 田中峻・新井★	超初心者キック 神山★	
16	16:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 佐々木康★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 森脇★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 佐々木康★(無料体験)	キック マスパ 田中峻★★	キック マスパ 佐々木康★★	16	
17	17:00 キックマスパ 森貴慎★★	17:00 キックマスパ 森貴慎★★	17:00 キックマスパ 佐々木康★★	17:00 キックマスパ 森脇★★	17:00 キックマスパ 佐々木康★★	初心者キック 新井★	超初心者キック 神山★	17	
18	18:00 ヨガ ゆか★	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 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	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	ダイエットキック 森貴慎★(体験)	19:00	19:00	19:00	19:00	超初心者キック 神山★	※スパリングに参加する場合は 必ずマウスピース、膝当てを着用してください。 お持ちでない場合は参加をお断りすることがあります。 ※ヨガクラスの時間は サンドバッグの使用及び自主練習はできません。	19	
20	初心者 ボクシング 尾崎★	フリー&ミット 尾崎・森貴慎	20:00	20:00	超初心者キック 森脇★	ダイエットキック 神山★(体験)		20	
21	キック マスパ 森貴慎★★	キック マスパ 森貴慎★★	21:00	21:00	キック マスパ 田中峻★★	キック マスパ 佐々木康★★		21	
22	ダイエット ボクシング 尾崎★	ダイエット ボクシング 佐々木康★	22:00	22:00	初心者寝技 森脇★	初心者寝技 佐々木康★		22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイトフィット西川口 1月時間割★

JR「西川口駅」徒歩1分！2018年7月18日オープン！

まるまる0円キャンペーン！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 (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

	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 池田★(無料体験)	7:10 モーニングキック 布施★(無料体験)	7:10 モーニングキック 塩崎★(無料体験)	7:10 モーニングキック 布施★(無料体験)	7:10 モーニングキック 塩崎★(無料体験)			7	
8	8:00 初心者キックボクシング 池田★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 塩崎★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 塩崎★(無料体験)			8	
9	9:00 超初心者キックボクシング 池田★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 塩崎★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 塩崎★(無料体験)			9	
10	10:00 ダイエットキック 池田★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 塩崎★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 塩崎★(無料体験)			10	
11	11:00 超初心者キックボクシング 池田★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 塩崎★	11:00 超初心者キックボクシング 布施★	11:00 超初心者キックボクシング 塩崎★	12:00 open		11	
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:01 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	12:10 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	12:10 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	12	
13	13:00 ダイエットキック 川島★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 橋本悠★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 橋本悠★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 鈴木快★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	13	
14	14:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 橋本悠★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 橋本悠★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	14	
15	15:00 初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 橋本悠★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 橋本悠★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	15	
16	16:00 ダイエットキック 川島★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 橋本悠★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 橋本悠★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 鈴木快★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 川島★	17:00 超初心者キックボクシング 橋本悠★	17:00 超初心者キックボクシング 藤井重★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 橋本悠★	17:00 超初心者キックボクシング 鈴木快★	17:00 超初心者キックボクシング 布施★	17:00 超初心者キックボクシング 布施★	17	
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 初心者ボクシング 藤井重★(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 フリートレーニング インストラクター不在	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	19:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 辻★(無料体験)	ダイエットキック 辻★(体験)	19:00 フリー&ミット 辻・藤井	19:00 超初心者キックボクシング 辻★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)		19	
20	20:00 初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 辻★(無料体験)	初心者 ボクシング 藤井重★(体験)		20:00 初心者キックボクシング 辻★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)		20	
21	21:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 辻★(無料体験)	超初心者キック 辻★(体験)		21:00 超初心者キックボクシング 辻★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)		21	
22	22:00 ダイエットキック 川島★	22:00 ダイエットキック 辻★	ダイエット ボクシング 藤井重★		22:00 ダイエットキック 辻★	22:00 ダイエットキック 鈴木快★		22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイトフィット横浜ポートサイド 1月時間割★

2018年2月22日オープン！JR「横浜駅」北改札から徒歩5分！
 まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～金曜7:00～23:00 土曜9:00～18:00 日曜9:00～18:00 (年中無休)

	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 高遠★(無料体験)	7:10 モーニングキック 我謝★(無料体験)	7:10 モーニングキック 砂山★(無料体験)	7:10 モーニングキック ハリイ★(無料体験)	7:10 モーニングキック 砂山★(無料体験)	9:00 open		7				
8	8:00 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 我謝★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 砂山★(無料体験)	8:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 砂山★(無料体験)			8				
9	9:10 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	9:10 ダイエットキック 我謝★(無料体験)	9:10 ダイエットキック 砂山★(無料体験)	9:10 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	9:10 ダイエットキック 砂山★(無料体験)			9:10 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	初心者 ボクシング 山下★	グループキック 砂山★(体験)	9	
10	10:00 超初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 我謝★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	グループ ボクシング 山下★(体験)	初心者キック 砂山★	10			
11	11:00 初心者キックボクシング 高遠★	11:00 初心者キックボクシング 我謝★	11:00 初心者キックボクシング 砂山★	11:00 初心者キックボクシング ハリイ★	11:00 初心者キックボクシング 砂山★	11:00 初心者キックボクシング 高遠★	ダイエット ボクシング 山下★	グループキック 砂山★	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 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			
13	13:00 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 我謝★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 砂山★(無料体験)	13:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 砂山★(無料体験)	初心者 ボクシング 照井★	グループキック 高遠★(体験)	初心者 ボクシング 山下★	グループキック 砂山★(体験)	13		
14	14:00 超初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 我謝★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	有酸素 ボクシング 照井★(体験)	初心者キック 高遠★	グループ ボクシング 山下★(体験)	初心者キック 砂山★	14		
15	15:00 初心者キックボクシング 照井★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	ダイエット ボクシング 照井★	グループキック 高遠★(体験)	ダイエット ボクシング 山下★	寝技初心者 砂山★	15		
16	16:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	ダイエットキック 高遠★(体験)	ダイエット ボクシング ハリイ★	16:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	グループ ボクシング 照井★(体験)	ダイエットキック 高遠★	グループ ボクシング 山下★(体験)	ダイエットキック 砂山★	16	
17	17:00 超初心者キック 照井★	17:00 超初心者ボクシング ハリイ★	超初心者キック ハリイ★	超初心者 ボクシング 北嶋★(体験)	17:00 超初心者キック 高遠★	17:00 超初心者ボクシング 北嶋★	超初心者 ボクシング 照井★	初心者キック 高遠★	超初心者 ボクシング 山下★	初心者キック 砂山★	17	
18	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 高遠★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18				
19	有酸素 ボクシング 照井★(体験)	初心者 ボクシング 笠島★	初心者キック 高遠★	初心者 ボクシング ハリイ★(体験)	初心者キック 照井・北嶋★	有酸素 ボクシング ハリイ★(体験)	初心者キック 高遠★	有酸素 ボクシング 照井★(体験)	超初心者キック 照井★(体験)	初心者 ボクシング 笠島・北嶋★	19	
20	ダイエットキック 照井★(体験)	ダイエット ボクシング 笠島★	ダイエットキック 高遠★(体験)	ダイエット ボクシング ハリイ★	ダイエット キック 照井★(体験)	初級 フィジカル 北嶋★	ダイエット ボクシング ハリイ・北嶋★	ダイエットキック 高遠★(体験)	ダイエット ボクシング 照井★	有酸素 ボクシング 照井★(体験)	ダイエット ボクシング 高遠・北嶋★	20
21	超初心者キック 照井★(体験)	21:00 超初心者 ボクシング 笠島★	超初心者キック 高遠★(体験)	21:00 超初心者 ボクシング ハリイ★	超初心者キック 照井★(体験)	21:00 超初心者 ボクシング ハリイ・北嶋★	超初心者キック 高遠★(体験)	21:00 超初心者 ボクシング 照井★	21:00 超初心者 ボクシング 照井★	21:00 超初心者 ボクシング 笠島・北嶋★	21	
22	初心者キック 照井★	超初心者 ボクシング 笠島★	初心者キック 高遠★	超初心者 ボクシング ハリイ★	初心者キック 照井★	超初心者 ボクシング ハリイ・北嶋★	初心者キック 高遠★	超初心者 ボクシング 照井★	ダイエット キック 照井★	超初心者 ボクシング 笠島・北嶋★	22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23	



★ファイトフィットNAS若葉台 1月時間割★

駐車場3時間無料！京王線「若葉台」駅から徒歩1分！2018年5月1日オープン！
まるまる0円キャンペーン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】 月～木曜10:00～23:00 土曜10:00～18:30 (金曜定休日) 祝日10:00～20:30

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7								7
8								8
9	10:00 open					10:00 open		9
10	10:10 超初心者キック 平丸★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 坂口★(無料体験)	10:10 超初心者キック 平丸★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 坂口★(無料体験)	毎週金曜日 NAS若葉台定休日	10:10 無料体験者優先 多田★(超初心者ボクシング)	10:10 超初心者キック 佐野★(無料体験)	10
11	11:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 坂口★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 坂口★(無料体験)		11:00 初心者ボクシング 多田★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 佐野★(無料体験)	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 フリートレーニング インストラクター不在	12
13	13:00 ダイエットボクシング 平丸★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 坂口★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	13:00 無料体験者優先 坂口★(超初心者ボクシング)		13:00 ダイエットボクシング 多田★(無料体験)	13:00 無料体験者優先 佐野★(超初心者キック)	13
14	14:00 超初心者キック 平丸★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 坂口★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 平丸★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 坂口★(無料体験)		14:00 超初心者ボクシング 多田★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 佐野★(無料体験)	14
15	15:00 初心者ボクシング 平丸★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 佐野★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 杉山★(無料体験)		15:00 初心者ボクシング 多田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 佐野★(無料体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 佐野★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 平丸★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 杉山★(無料体験)		16:00 ダイエットボクシング 多田★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 佐野★(無料体験)	16
17	17:00 超初心者ボクシング 平丸★	17:00 超初心者キックボクシング 佐野★	17:00 超初心者キックボクシング 平丸★	17:00 超初心者ボクシング 杉山★		17:00 超初心者ボクシング 多田★	17:00 超初心者キックボクシング 佐野★	17
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 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		17:50 クラス終了 18:30close		18
19	19:00 超初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 平丸★(無料体験)	19:00 無料体験者優先 平丸★(超初心者キック)	19:00 超初心者ボクシング 杉山★(無料体験)				19
20	20:00 初心者ボクシング 平丸★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 平丸★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 杉山★(無料体験)				20
21	21:00 ダイエットキック 平丸★	21:00 ダイエットボクシング 平丸★	21:00 ダイエットキック 平丸★	21:00 ダイエットボクシング 杉山★				21
22	22:30 クラス終了 23:00 close							22



★ファイトフィット柏 1月時間割★

JR「柏駅」徒歩4分！2018年8月21日オープン！

まるまる0円キャンペーン！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 (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

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 漆原★(無料体験)	7:10 モーニングキック 漆原★(無料体験)	7:10 モーニングキック 中島★(無料体験)	7:10 モーニングキック 中島★(無料体験)	7:10 モーニングキック 漆原★(無料体験)							7	
8	8:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)							8	
9	9:00 超初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)							9	
10	10:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)	ダイエットキック 漆原★(体験)	キック&空手 山下★	10:00 ダイエットキック 中島★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 中島★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)							10
11	11:00 超初心者キックボクシング 漆原★	超初心者キック 漆原★(体験)	キック&空手 山下★	11:00 超初心者キックボクシング 中島★	11:00 超初心者キックボクシング 中島★	11:00 超初心者キックボクシング 漆原★							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	
13	13:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 和田★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 中島★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)	初心者キック 中島★(体験)	グルーブミット 鈴木★	キック&空手 中島★	初心者キック 鈴木★(体験)	13			
14	14:00 超初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	キック&空手 中島★	初心者キック 鈴木★(体験)	初心者キック 中島★(体験)	グルーブミット 鈴木★	14			
15	15:00 初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	初心者キック 中島★(体験)	ダイエットキック 鈴木★	グルーブキック 中島★	初心者キック 鈴木★(体験)	15			
16	16:00 ダイエットキック 中島★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 和田★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 中島★(無料体験)	グルーブキック 中島★	初心者キック 鈴木★(体験)	初心者キック 中島★(体験)	グルーブ キックテクニック 鈴木★★	16			
17	17:00 超初心者キックボクシング 中島★	17:00 超初心者キックボクシング 和田★	17:00 超初心者キックボクシング 和田★	17:00 超初心者キックボクシング 漆原★	17:00 超初心者キックボクシング 中島★	初心者キック 中島★	グルーブキック 鈴木★	グルーブキック 中島★	初心者キック 鈴木★	17			
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 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:50クラス終了 18:00close						18	
19	19:00 超初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	グルーブキック 和田★	初心者キック 佐藤★(体験)	19:00 超初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	グルーブキック 中島★	初心者キック 佐藤★(体験)				19		
20	20:00 初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	初心者キック 和田★(体験)	グルーブキック 佐藤★	20:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	初心者キック 中島★(体験)	グルーブキック 佐藤★				20		
21	21:00 超初心者キックボクシング 中島★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	グルーブ キックテクニック 和田★★	初心者キック 佐藤★(体験)	21:00 超初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	ダイエットキック 中島★	初心者キック 佐藤★(体験)				21		
22	22:00 ダイエットキック 中島★	22:00 ダイエットキック 和田★	ダイエットキック 和田★	超初心者キック 佐藤★	22:00 ダイエットキック 漆原★	初心者キック 中島★	超初心者キック 佐藤★				22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close											23	



★ファイトフィット津田沼 1月時間割★

JR「津田沼駅」徒歩1分！2018年9月1日オープン！
まるまる0円キャンペーン！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9:00~18:00 日曜9:00~18:00 (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

	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 栗山★(無料体験)	7:10 モーニングキック 松岡★(無料体験)	7:10 モーニングキック 阿部洵樹★(無料体験)	7:10 モーニングキック 松岡★(無料体験)	7:10 モーニングキック 松岡★(無料体験)				7		
8	8:00 初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 松岡★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 阿部洵樹★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 松岡★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 松岡★(無料体験)	9:00 open			8		
9	9:00 無料体験者優先 栗山★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 松岡★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 阿部洵樹★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 松岡★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 松岡★(超初心者キック)			グループボクシング 阿部洵樹★	超初心者キック 本村★	グループボクシング 松岡★	初心者キック 星野★(体験)
10	10:00 ダイエットキック 栗山★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 松岡★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 阿部洵樹★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 松岡★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 松岡★(無料体験)	超初心者ボクシング 阿部洵樹★(体験)	グループキック 本村★	超初心者ボクシング 松岡★(体験)	グループキック 星野★		
11	11:00 超初心者キックボクシング 栗山★	11:00 超初心者キックボクシング 松岡★	11:00 超初心者キックボクシング 阿部洵樹★	11:00 超初心者キックボクシング 松岡★	11:00 超初心者キックボクシング 松岡★	グループボクシング 阿部洵樹★	超初心者キック 本村★	グループボクシング 松岡★	初心者キック 星野★(体験)		
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 TaeBo(燃焼系エクササイズ) 本村★		12:00 ダイエットキック 松岡★	12		
13	超初心者キック 栗山★(体験)	ストレッチ&ダイエット 関本★	13:00 ダイエットキック 松岡★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 阿部洵樹★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 松岡★(無料体験)	超初心者キック 松岡★(体験)	ストレッチ&ダイエット 関本★	超初心者ボクシング 阿部洵樹★(体験)	グループキック 吉田貴幸★	13:00 初心者キック 星野★	
14	14:00 超初心者キックボクシング 栗山 関本★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 松岡★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 阿部洵樹★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 松岡★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 松岡 関本★(無料体験)	グループボクシング 阿部洵樹★	初心者キック 吉田貴幸★(体験)	グループボクシング 松岡★	初心者キック 星野★(体験)		
15	超初心者キック 栗山★(体験)	ストレッチ&ダイエット 関本★	15:00 初心者キックボクシング 松岡★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 阿部洵樹★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 松岡★(無料体験)	超初心者キック 松岡★(体験)	ストレッチ&ダイエット 関本★	超初心者ボクシング 阿部洵樹★(体験)	グループキック 吉田貴幸★	超初心者ボクシング 松岡★(体験)	グループキック 星野★
16	16:00 超初心者キックボクシング 栗山 関本★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 松岡★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 阿部洵樹★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 松岡★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 松岡 関本★(無料体験)	グループボクシング 阿部洵樹★	初心者キック 吉田貴幸★(体験)	グループボクシング 松岡★	初心者キック 星野★(体験)		
17	17:00 超初心者キックボクシング 栗山 本村★	17:00 超初心者キックボクシング 小島★	ダイエットキック 阿部洵樹★	フリー&ミット 松岡★	17:00 超初心者キックボクシング 白石★	17:00 超初心者キックボクシング 白石★	17:00 キックテクニク 阿部・吉田★★		17:00 キックテクニク 松岡・星野★★		
18	初心者キック 栗山★(体験)	TaeBo(燃焼系エクササイズ) 本村★	18:00 無料体験者優先 小島★(超初心者キック)	18:00 無料体験者優先 松岡★(超初心者キック)	18:00 無料体験者優先 白石★(超初心者キック)	18:00 無料体験者優先 白石★(超初心者キック)	17:50クラス終了 18:00close				
19	グループキック 森田★(体験)	超初心者キック 本村★	19:00 超初心者キックボクシング 小島★(無料体験)	超初心者キック 白石★(体験)	19:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)					
20	初心者キック 森田★(体験)	TaeBo(燃焼系エクササイズ) 本村★	20:00 初心者キックボクシング 小島★(無料体験)	初心者キック 白石★(体験)	フリー&ミット 松岡★	20:00 初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	初心者キック 阿部洵樹★(体験)	フリー&ミット 白石★	※平日9時~18時及び土日終日は、サンドバッグ及びロープ等の激しいジャンプ系のトレーニングは禁止とさせていただきます。		
21	21:00 超初心者キックボクシング 森田★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 小島★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	超初心者キック 白石★(体験)	フリー&ミット 阿部洵樹★				
22	22:00 ダイエットキック 森田★	22:00 ダイエットキック 小島★	22:00 ダイエットキック 白石★	22:00 ダイエットキック 白石★	22:00 ダイエットキック 白石★	ダイエットキック 阿部洵樹★	フリー&ミット 白石★				
23	22:50 クラス終了 23:00 close									23	



★ファイティングラボ大宮東口 1月時間割★

JR「大宮駅」徒歩4分！2018年12月1日オープン！
 まるまる0円キャンペーン！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 (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

	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 布施★(無料体験)	7:10 モーニングキック 森脇★(無料体験)	7:10 モーニングキック 布施★(無料体験)	7:10 モーニングキック 川島★(無料体験)	7:10 モーニングキック 川島★(無料体験)			7			
8	8:00 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 森脇★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	9:00 open		8			
9	9:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 森脇★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 池田★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)	9			
10	10:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 森脇★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 川島★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 川島★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 池田★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 鈴木快★(無料体験)	10			
11	11:00 超初心者キックボクシング 布施★	11:00 超初心者寝技 森脇★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 布施★	11:00 超初心者キックボクシング 川島★	11:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	11:00 ボクシングテクニク 池田★★	11:00 超初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)	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 初心者キックボクシング YUKA★(無料体験)	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 YUKA★(無料体験)	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 鈴木快★(無料体験)	12			
13	13:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	13:00 ダイエットキック YUKA★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 川島★(無料体験)	13:00 ダイエットキック YUKA★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 池田★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 鈴木快★(無料体験)	13			
14	14:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	14:00 超初心者ムエタイ YUKA★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	14:00 超初心者ムエタイ YUKA★(無料体験)	超初心者ボクシング 池田★(体験)	初級英会話 アリオ★	超初心者キック 新井★(体験)	初級英会話 アリオ★	14	
15	15:00 初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	15:00 初心者ムエタイ YUKA★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	15:00 初心者ムエタイ YUKA★(無料体験)	ダイエットキック 池田★(体験)	日常英会話 アリオ	ダイエット 鈴木快★(体験)	フリー&ミット 新井	日常英会話 アリオ★	15
16	16:00 ダイエットキック 新井★(無料体験)	16:00 ダイエットムエタイ YUKA★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 川島★(無料体験)	16:00 ダイエットムエタイ YUKA★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 池田★(無料体験)	ダイエットキック 鈴木快★(体験)	キック マスパ 新井★★		16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 新井★	17:00 キックマスパ YUKA★★	17:00 超初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	17:00 キックマスパ YUKA★★	17:00 超初心者キックボクシング 池田★	超初心者キック 鈴木快★			17	
18	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 川島★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 新井★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 新井★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 新井★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close				18	
19	超初心者キック 新井★(体験)	初級英会話 イブ★	超初心者キック 川島★(体験)	初級英会話 イブ★	超初心者キック 新井★(体験)	初級英会話 アリオ★	超初心者キック 新井★(体験)	初級英会話 アリオ★	※スパリングに参加する場合は 必ずマウスピース、膝当てを着用してください。 お持ちでない場合は参加をお断りすることがあります。		19
20	初心者キック 新井★(体験)	日常英会話 イブ★	初心者キック 川島★(体験)	日常英会話 イブ★	初心者キック 新井★(体験)	日常英会話 アリオ★	初心者キック 新井★(体験)	日常英会話 アリオ★			20
21	21:00 超初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	21:00 キックマスパ 新井★★	21:00 超初心者キックボクシング 新井★(無料体験)					21	
22	22:00 ダイエットキック 新井★	22:00 ダイエットキック 川島★	22:00 ダイエットキック 新井★	22:00 ダイエットキック 新井★	22:00 ダイエットキック 新井★					22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23		



★ファイトフィットスタジオ荻窪 1月時間割★

JR「荻窪駅」徒歩4分！2018年12月1日オープン！
 まるまる0円キャンペーン！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 (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

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜		
7	7:10 ベリーダンス yuie★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★	7:10 モーニングキック 時岡★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★	7:10 ベリーダンス yuie★(無料体験)	※サンドバッグの設置はありません。 ※ヨガ、ダンスの時間は自主練習が出来ません。 12:00 open		7	
8	8:00 初心者キックボクシング 浩太郎★(無料体験)	8:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	8:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)		8		
9	9:00 ストレッチ 安藤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 柏崎★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	9:00 ストレッチ 安藤★(無料体験)		9		
10	10:00 ダイエットキック 浩太郎★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 柏崎★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 山岡★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)		10		
11	11:00 超初心者キックボクシング 浩太郎★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 柏崎★	11:00 超初心者キックボクシング 時岡★	11:00 超初心者キックボクシング 山岡★	11:00 超初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)		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		12:10 初心者キックボクシング 山形★(無料体験)	12:10 ベリーダンス yuie★(無料体験)	12
13	13:00 ヨガ ありえ★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 柏崎★(無料体験)	ヨガありえ★(体験) ダイエットキック 時岡★	13:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	ヨガありえ★(体験) ダイエットキック 時岡★		13:00 ダイエットキック 山形★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山形・安藤★(無料体験)	13
14	14:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 柏崎★(無料体験)	ヨガストレッチありえ★ ダイエットキック 時岡★(体験)	14:00 超初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)	ヨガストレッチありえ★(無料体験) ダイエットキック 時岡★(体験)		14:00 超初心者キックボクシング 山形★(無料体験)	14:00 ダンス初心者 安藤★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 柏崎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	15:00 ストレッチ 安藤★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)		15:00 ダイエットキック 山形★(無料体験)	15:00 ダイエットキック 山形・安藤★(無料体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 白石★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 柏崎★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 藤井重★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)		16:00 ダイエットキック 山形★(無料体験)	16:00 ストレッチ 安藤★(無料体験)	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 白石★	17:00 超初心者キックボクシング 柏崎★	17:00 ストレッチ 半澤裕美★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 藤井重★	17:00 超初心者キックボクシング 時岡★		17:00 超初心者キックボクシング 山形★	17:00 超初心者キックボクシング 山形★	17
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 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 ボクシング無料体験 初回体験者限定(藤井重)	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	19:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	19:00 Jazz dance 半澤裕美★	19:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	19:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)			19	
20	20:00 キックアウト(有酸素キック) 白石★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 堀池★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 山岡・安藤★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 藤井重・安藤★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)			20	
21	21:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 堀池★(無料体験)	21:00 ストレッチ 安藤★(無料体験)	21:00 ストレッチ 安藤★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)			21	
22	22:00 ダイエットキック 白石★	22:00 ダイエットボクシング 堀池★	22:00 ダイエットキック 山岡・安藤★	22:00 ダイエットボクシング 藤井重・安藤★	22:00 ダイエットボクシング 藤井重★			22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23	



★ファイトフィットガール目黒白金 1月時間割★

JR「目黒駅」徒歩5分！2018年12月1日オープン！
まるまる0円キャンペーン！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 (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

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	7:10 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)	7:10 モーニングキック 漆館★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)	7:10 モーニングキック 山中★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)			7
8	8:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 工藤★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	※ファイトフィットガール目黒白金は女性専用です。 多店舗所属の男性会員様は入店できません。 ※月曜21時のHIITとは「高強度インターバルトレーニング」です。詳しくはインストラクターまでご確認ください。		8
9	9:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	9:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	9:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)			9
10	10:00 ヨガストレッチ ありえ★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 漆館★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 工藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	10:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)			10
11	11:00 初心者キックボクシング 山中★	11:00 超初心者キックボクシング 漆館★	11:00 初心者ボクシング 工藤	11:00 超初心者キックボクシング 山中★	11:00 超初心者キックボクシング ハリイ★			11
12	12:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	12:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在			12:10 有酸素ボクシング ハリイ★(無料体験)
13	13:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	ヨガ ありえ★(体験)	13:00 ダイエットキック 工藤★(無料体験)	13:00 ヨガ ありえ★(無料体験)	13:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	13:00 ダイエットキック ハリイ★	13:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	13
14	14:00 K-POPダンス 香子★(無料体験)	ヨガストレッチ ありえ★	14:00 K-POPダンス 香子★(無料体験)	14:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	14:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 山中★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 工藤★(無料体験)	15:00 ヨガ ありえ★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	15:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	15
16	16:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 木内★(無料体験)	16:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	16:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	16:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 山中★	17:00 超初心者キックボクシング 木内★	17:00 K-POPダンス 香子★	17:00 ダンス初心者 香子★	17:00 超初心者キックボクシング ハリイ★	17:00 超初心者キックボクシング ハリイ★	17:00 ダイエットボクシング 塚原★	17
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 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:50クラス終了 18:00close		18
19	19:00 初心者ボクシング 工藤★(無料体験)	超初心者キック 中村剣★(体験)	K-POPダンス 香子★	19:00 超初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	19:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	19:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)		19
20	初心者キック 工藤★	ピラティス Nami★(体験)	初心者キック 中村剣★	ダンス初心者 香子★(体験)	20:00 初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	20:00 ダイエットボクシング 菅★(無料体験)	20:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	20
21	21:00 体幹トレーニング(HIIT) Nami★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 中村剣★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)			21
22	初心者 ボクシング 工藤★	リラクゼーションピラ ティス Nami★	22:00 ダイエットキック 中村剣★	22:00 ダイエットキック 山岡★	22:00 ダイエットボクシング 菅★	22:00 ダイエットボクシング 塚原★		22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23



★ファイティングラボ仙台 1月時間割★

JR「仙台駅」西口徒歩7分！2階と3階で合わせて50坪！ウェイト設備も充実！
 まるまる0円キャンペーン！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10:00~16:00 (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

	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 大竹★	7:10 モーニングキック 大竹★	7:10 モーニングキック 大竹★	7:10 モーニングキック 大竹★	7:10 モーニングキック 小原★	10:00 open 12:00 open	10:10 超初心者キック 小原・大竹★(無料体験)	7		
8	8:00 超初心者キックボクシング 大竹★	8:00 超初心者キックボクシング 大竹★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 大竹★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 大竹★	8:00 超初心者キックボクシング 小原★(無料体験)			8		
9	9:00 キックボクシング 大竹★	9:00 キックボクシング 大竹★	9:00 初心者ボクシング 大竹★	9:00 超初心者ボクシング 大竹★(無料体験)	9:00 初心者ボクシング 小原★			9		
10	10:00 ダイエットキック 大竹★	10:00 ダイエットキック 大竹★	10:00 ダイエットキック 大竹★	10:00 ダイエットキック 大竹★	10:00 ダイエットキック 小原★			10		
11	11:00 超初心者キック 大竹★	11:00 超初心者キック 大竹★	11:00 超初心者キック 大竹★	11:00 超初心者キック 大竹★	11:00 超初心者キック 小原★			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 初心者キックボクシング 大竹★	12:00 初心者ボクシング 大竹★	12:00 初心者ボクシング 大竹★	12:00 初心者ボクシング 小原★			12		
13	13:00 超初心者キックボクシング 大竹★	13:00 ダイエットキック 高橋★	13:00 ダイエットキック 高橋★	13:00 超初心者キックボクシング 高橋★	13:00 ダイエットキック 高橋★			13		
14	14:00 初心者キックボクシング 大竹★(無料体験)	14:00 超初心者キック 高橋・大竹★(無料体験)	14:00 超初心者キック 大竹・高橋★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 高橋・大竹★	14:00 超初心者キック 小原・高橋★(無料体験)			14		
15	15:00 ダイエットキック 大竹★(無料体験)	15:00 超初心者キック 高橋・大竹★(無料体験)	15:00 超初心者キック 大竹・高橋★(無料体験)	15:00 超初心者キック 高橋・大竹★	15:00 超初心者キック 小原・高橋★(無料体験)			15		
16	16:00 超初心者キック 大竹★	16:00 ダイエットキック 高橋★	16:00 ダイエットキック 高橋★	16:00 ダイエットキック 高橋★	16:00 初心者キックボクシング 高橋★			16		
17	17:00 初心者キックボクシング 小原★	17:00 ダイエットキック 高橋★	17:00 ダイエットキック 高橋★	17:00 初心者キックボクシング 高橋★	17:00 初心者キックボクシング 高橋★	17				
18	18:00 超初心者キックボクシング 小原★	18:00 初心者キックボクシング 小原★	18:00 初心者キックボクシング 小原★	18:00 ダイエットキック 小野寺・安齋★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 安齋★	18				
19	レディース キック 小原★	初心者キック 安齋★	ダイエットキック 小原★	中級フィジカル 高橋★★	19:00 超初心者キックボクシング 小原・高橋★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小野寺・安齋★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 安齋・高橋★(無料体験)	19		
20	超初心者キック 小原★	初級 キックスパー 安齋★★	超初心者キック 小原★ (無料体験)	初級フィジカル 高橋★	ダイエットキック 小原・高橋★ (無料体験)	柔術・寝技初心者 安齋★	20:00 初心者キックボクシング 小野寺・安齋★(無料体験)	超初心者キック 安齋★	初級フィジカル 高橋★	20
21	ダイエットキック 小原★	総合クラス 安齋★★	初心者キック 小原★	キックスパー 高橋★★	初心者キック 小原・高橋★ (無料体験)	柔術・寝技スパー 安齋★★	21:00 ダイエットキック 安齋★	ダイエットキック 安齋★	キックスパー 高橋★★	21
22	22:00 初心者キックボクシング 小原・安齋★	22:00 超初心者キックボクシング 小原・高橋★	22:00 ダイエットキック 高橋・小原★	22:00 初心者キックボクシング 安齋★	22:00 超初心者キックボクシング 安齋・高橋★	22				
23	22:50 クラス終了 23:00 close						23			