



★中野トイカツ道場 3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★	※スーパー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。 9:00 open		※キックボックス時は自主練習はできません。 9:30 open		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	初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)					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	初心者キックボクシング 津崎★(無料体験)					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)	10:00 グループキック 津崎★		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	ダイエツ ムエタイ ビー★	初心者キック 津崎★(体験)	11:00 キックボックス 大川・体験500円★	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★	初心者キック 石戸谷★(体験)	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★		12:00	超初心者キックボクシング 齊藤曜★(無料体験)	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★	超初心者 ムエタイ ビー★	初心者キック 中桐★(体験)	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)	13:00		13:00	初心者キックボクシング 齊藤曜★	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	初級フィジカル 中桐★	14:00	超寝技初心者 園金★(無料体験)	14:00	超初心者 ムエタイ ビー★	超初心者キック 津崎★(体験)	14:00	ダイエツ ムエタイ ビー★	初心者キック 津崎★(体験)	14:00	ダイエツキック 高田★(体験)	フリー&ミット 齊藤曜★	14					
15	15:00	ムエタイ ビー★	15:00	ムエタイ ビー★	15:00	ムエタイ ビー★	15:00	ムエタイ ビー★	15:00	ムエタイ ビー★	15:00	ムエタイ ビー★	15:00	ムエタイ ビー★	15:00	ムエタイ ビー★	15:00	初心者キックボクシング 高田★	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★	16:00	超初心者 ムエタイ ビー★	16:00	超初心者 ムエタイ ビー★	16:00	超初心者 ムエタイ ビー★	16:00	超初心者 ムエタイ ビー★	16:00	超初心者 ムエタイ ビー★	16:00	TRXトレーニング 長嶺★	超初心者キック 齊藤曜★(体験)	フリー&ミット 高田★	16		
17	初心者キック 齊藤曜★	キッズ レスリング 青山★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17:00	超初心者 ムエタイ ビー★	17
18	初級フィジカル 長嶺★	キッズ フィジカル 齊藤曜★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18:00	フリー&ミット 藤井重★	18
19	超初心者キック 齊藤曜★(体験)	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19:00	キックミット 手塚★	19
20	キックスパー 手塚★★	初心者キック 齊藤曜★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20:00	キックスパー 手塚★★	20
21	21:00	ボクシング ミット 西垣★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21:00	ボクシング ミット 藤井重★	21
22	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 手塚★	22:00	キックミット 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 3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 村越★(無料体験)	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 寒河江・國金★★	初級英会話 イフ★	寝技スパ 寒河江★★	初級英会話 イフ★	10			
11	11:00 寝技初心者 千葉皓敬★(無料体験)	11:00 寝技初心者 村越★(無料体験)	11:00 柔術初心者 寒河江・國金★(無料体験)	11:00 柔術スパ 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-寒河江★★★ (出稽古無料)	日常英会話 イフ★	柔術初心者 寒河江★(体験)	日常英会話 イフ★	11			
12	12:00 寝技スパ 千葉皓敬★★	12:00 寝技スパ 村越★★	12:00 柔術スパ 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 佐野★★	12:00 初級フィジカル 國金★	12:00 柔術スパ 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 村越★(無料体験)	13:00 寝技スパ 寒河江・國金★★	13:00 グラップリングスパ ジョン・寒河江★★★(出稽古無料)	13:00 初級フィジカル 佐野★	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 初級フィジカル 千葉皓敬★	14:00 グラップリングスパ 村越★★★(出稽古無料)	14:00 寝技テクニック 寒河江・國金★(無料体験)	14:00 寝技テクニック ジョン・寒河江★(無料体験)	14:00 初心者総合クラス 佐野★	14:00 寝技スパ 寒河江・國金★★	14:00 グラップリングスパ 寒河江★★★	14					
15	15:00 close	15:00 close	15:00 close	15:00 close	15:00 総合クラス 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	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 柔術初心者 寒河江★(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・國金★(無料体験)			18					
19	柔術スパ ジョン・端★★	初級英会話 レスティ★	寝技スパ 木山★★	初級英会話 レスティ★	柔術スパ 寒河江★★	初級英会話 レスティ★	寝技初心者 小金★(体験)	初級英会話 レスティ★	寝技スパ 寒河江・國金★★	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)	寝技スパ 端★★	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★	寝技初心者 高田★(体験)	日常英会話 レスティ★	寝技スパ 小金★★	レディース 寝技初級 東★	日常英会話 レスティ★	柔術初心者 松尾★(体験)	初級英会話 レスティ★	20
21	21:00 寝技スパ ジョン・端★★	21:00 柔術スパ 木山★★	21:00 寝技スパ 高田★★	21:00 総合クラス 小金★★★	21:00 柔術スパ 松尾★★			21					
22	22:00 寝技テクニック ジョン・端★	22:00 柔術テクニック 木山★	22:00 寝技テクニック 高田★	22:00 総合クラス 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 3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13:00~23:00 土曜13:00~22:00 日曜13:00~22:00 (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								7	
8								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 佐々木・平丸★	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 平丸★	※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。	※初心者柔術スパ★は、ルールを学んだり、スパリングに近い形で技の打ち込み等を行います。 月曜22時～、木曜20時～行います。		9	
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 佐々木・平丸★	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 平丸★				10	
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 佐々木平丸★	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 平丸★				11	
12		キックプロ練習ラントレ 津崎・浩太郎★★		キックプロ練習ラントレ ビー・浩太郎★★					12
13	14:00 open	キックプロ練習フィジカル 津崎・浩太郎★★★	14:00 open	キックプロ練習フィジカル ビー・浩太郎★★★	14:00 open			13	
14	14:00 柔術テクニック 児玉★(無料体験)	キックプロ練習スパ 津崎・浩太郎★★★	14:00 柔術テクニック 児玉★(無料体験)	キックプロ練習スパ ビー・浩太郎★★★	14:10 超初心者柔術 児玉★(無料体験)			14	
15	15:00 柔術スパリング 児玉★	16:00 open	15:00 柔術スパリング 児玉★	16:00 open	15:00 柔術スパリング 児玉★	16:00 open	16:00 open	15	
16	16:00 超初心者柔術 児玉★(無料体験)	16:00 超初心者柔術 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 児玉★(無料体験)	16:10 初級フィジカル 千葉★(無料体験)	16:10 超初心者柔術 児玉★(無料体験)	16	
17	17:00 柔術テクニック 児玉★(無料体験)	柔術テクニック 児玉★(体験)	レディース柔術 北野★(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 千葉★(無料体験)	17:00 柔術テクニック 児玉★(無料体験)	17	
18	18:00 柔術スパリング 児玉★	柔術 スパリング 児玉★	レディース 柔術スパ 北野★★	18:00 寝技スパリング クリス★★	18:00 柔術スパリング 児玉★	18:00 寝技スパリング 千葉★★	18:00 柔術スパリング 児玉★	18	
19	19:00 超初心者柔術 黒田★(無料体験)	超柔術初心者 児玉★(体験)	レディース柔術 北野★(体験)	19:00 寝技初心者 クリス★	19:00 超初心者柔術 黒田・児玉★(無料体験)	19:00 超初心者柔術 児玉★((無料体験))	19:00 超初心者柔術 児玉★(無料体験)	19	
20	柔術初心者 三浦★(体験)	柔術テクニック 黒田★	超寝技初心者 千葉★(体験)	柔術 スパリング 児玉★	20:00 寝技スパリング 岡市★★	20:00 初心者柔術スパ 黒田・児玉★	20:00 超柔術初心者 岡市★(無料体験)	20:00 柔術テクニック 今成★	
21	21:00 柔術スパリング 三浦・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 柔術スパリング 黒田★★	21:00 柔術スパリング 黒田★★	21:00 柔術スパリング 三浦(児玉)★★	21:00 柔術スパリング 岡市★★	21:00 柔術スパリング 今成・児玉★★	
22	初心者柔術スパ 黒田★	超柔術初心者 三浦★(体験)	22:00 寝技スパリング 千葉★★	22:00 柔術スパリング 岡市★★★	22:00 柔術テクニック 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	22	
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 3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 モーニングボクシング 谷本★	7:10 モーニングボクシング 谷本★	7:10 モーニングキック 佐藤広★	7:10 モーニングキック 戸井田大★			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★(無料体験)	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 戸井田大★(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 ダイエットボクシング 谷本★	9:00 ダイエットボクシング 谷本★	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 戸井田大★(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 超初心者ボクシング 谷本★	10:00 超初心者ボクシング 谷本★	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 戸井田大★(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 初心者ボクシング 谷本★	11:00 初心者ボクシング 谷本★	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 戸井田大★(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	初心者キック 鈴木溪★		12	
13	13:00 ダイエットキック 佐藤広★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 林★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 林★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 佐藤広★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 戸井田大★(無料体験)	超初心者キック 市川★(体験)		13	
14	14:00 ダイエットキック 佐藤広★(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 佐藤広★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 戸井田大★(無料体験)	キック マスパー 鈴木溪★		14	
15	15:00 初心者キックボクシング 佐藤広★(無料体験)	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 佐藤広★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 戸井田大★(無料体験)	ダイエットキック 市川★	フリー&ミット 鈴木溪・市川	15	
16	16:00 初心者キックボクシング 佐藤広★(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 佐藤広★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 北村★(無料体験)	初心者キック 鈴木溪★		16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 北村★(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 北村★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 北村★(無料体験)	キック マスパー 市川★		17	
18	18:00 初心者キックボクシング 北村★(無料体験)	18:00 超初心者キックボクシング 北村★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 須藤★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 北村★(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	初級 グループキック 市川★(体験)	初級 グループキック 市川★(体験)	19:00 初心者キックボクシング 須藤★(無料体験)	初級 グループキック 浩太郎★(体験)	19:00	初級 グループキック 市川★(体験)		19	
20	ダイエット マスパー 市川★	ダイエット マスパー 市川★	初心者 ボクシング 横田★	フリー&ミット 須藤	ダイエットキック 浩太郎★	フリー&ミット 市川・北村	※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。	20	
21	キック マスパー 市川★	キック マスパー 市川★	21:00 キック マスパー 横田★★	超初心者キック 須藤★(体験)	キック マスパー 浩太郎★	フリー&ミット 市川・北村		21	
22	初心者キック 北村★	初心者キック 北村★		初心者キック 須藤★	初心者キック 北村★	21:00 キック マスパー 市川★★	超初心者キック 北村★(体験)	22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★西日暮里ストライキング 3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 11:00～19:00 (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★	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 漆原★	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★			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 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)			9:10 無料体験者限定 超初心者キック(小林&漆原)	9:10 無料体験者限定 超初心者キック(小林)	9	
10	10:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 小林★	10:00 初心者キックボクシング 小林★	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★	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 漆原★	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 初心者ボクシング 山口 温志★(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 初心者キックボクシング 山崎 晃輔★(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 超初心者ボクシング 山口 温志★(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 超初心者キックボクシング 山崎 晃輔★(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 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	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 キックマスパ 山崎 晃輔★★	15:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	キックテクニック 小林★★	超初心者キック 漆原★(体験)	初心者キック 小林&浩太郎★	ボディメイク② 大門(先着5名)	15	
16	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)	16:00 超初心者キックボクシング 井上★(無料体験)	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)	キックボクシング 小林★	キックマスパ 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 初心者ボクシング 山口 温志★(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 小林&漆原★		17:00 キックボクシング★ 小林		17	
18	18:00 ダイエットキック 田切★	初心者キック 塩崎★(体験)	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★	18:00 ダイエットボクシング 山口 温志★(無料体験)	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 田切★(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★	超初心者キック 山崎★(体験)	グループボクシング 山口 温志★	超初心者キック 松本★(体験)	19
20	初心者ボクシング 山口★(体験)	グループキック 田切★	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 山口 温志★	超初心者キック 井上★(体験)	初心者ボクシング 山口★(体験)	中級キック 山崎 晃輔★	初心者ボクシング 山口★(体験)	グループキック 松本★	20
21	初心者ボクシング 山口 温志★	キックマスパ 田切★★	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★	キックマスパ 井上★★	初心者ボクシング 山口 温志★	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 松本★★	21
22	22:00 キックボクシング 田切&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 キックボクシング 山口&井上★	22:00 キックボクシング 山崎&山口★	キックボクシング 山口&松本★	※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。		※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。	22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23		



★ファイティングラボ田町三田 3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 木内★	7:10 モーニングキック 漆館★			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 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 漆館★(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 ダイエットキック 木内★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 漆館★			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 寝技初心者 木内★	10:00 初心者キックボクシング 漆館★(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 寝技中級者 木内★	11:00 ダイエットキック 漆館★			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 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 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)	12:00 超初心者キック 小寺★(無料体験)	12:10 ダイエットキック 木内★	13:00 初心者キックボクシング 木内★(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 木内★	14:00 ダイエットキック 漆館★	13:00 ダイエットキック 小寺★	13:00 フリー&ミット 木内★	14:00 ダイエットキック 木内★	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 木内★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 尾崎★(無料体験)	14:00 無料体験者優先 木内★ (超初心者キック)	14:00 ダイエットキック 小寺★	15:00 初心者キックボクシング 木内★(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 寝技初心者 木内★	16:00 ダイエットキック 木内★	16:00 ダイエットキック 尾崎★(無料体験)	15:00 キックマス 木内★	15:00 初心者キック 小寺★	20:00 ショートタイムキック 木内★ 20:30 ショートタイムキック 木内★	16
17	17:00 初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	17:00 寝技中級者 木内★	17:00 初心者ボクシング 工藤洋平★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 尾崎★	17:00 キックマスマスパー 小寺★★		17:00 キックマスマスパー 木内★★	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 ダイエットボクシング 工藤洋平★	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 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 ダイエットキック 工藤洋平★	19:00 初心者キックボクシング 尾崎★	※スパリングに参加する場合は必ずマウスピース、膝 当て(キックの場合)を着用してください。力任せに攻撃を する方やインストラクターの指示に従わない方はお断り をする場合がございますので予めご了承くださいませ。		19	
20	20:00 ショートボクシング 塚原★ 20:30 ショートボクシング 塚原★	20:00 ショートボクシング 杉山★ 20:30 ショートボクシング 杉山★	20:00 中級キックボクシング 市川★★	20:00 ショートボクシング 工藤★ 20:30 ショートボクシング 工藤★	20:00 ショートタイムキック 尾崎★ 20:30 ショートタイムキック 尾崎★			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 初心者ボクシング 工藤洋平★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 尾崎★(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 キックマスマスパー 市川★★	22:00 マスボクシング 工藤洋平★★	22:00 キックマスマスパー 尾崎★★			22	
23	22:50クラス終了 23:00 close							23	



★ファイトフィット田町芝浦 3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 木下★(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 浜田★	7:10 モーニングキック 浜田★			7	
8	8:00 ダイエットキック 浜田★	8:00 ダイエットキック 木下★	8:00 ダイエットキック 浜田★	8:00 ダイエットキック 浜田★(無料体験)	8:00 ダイエットキック 浜田★(無料体験)	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 木下★(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 浜田★	9:00 初心者キックボクシング 浜田★	12:10 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	12:10 超初心者キックボクシング 岡山★(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 木下★	10:00 ダイエットキック 浜田★	10:00 ダイエットキック 浜田★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 浜田★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 岡山★	10:00 ダイエットキック 岡山★	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 木下★	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 浜田★	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 岡山★	11:00 初心者キックボクシング 岡山★	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	
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★	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 浜田★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 岡山★	13:00 ダイエットキック 岡山★	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 浜田★	14:00 ダイエットキック 浜田★	14:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 岡山★(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 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 ダイエットキック 岡山★	15:00 ダイエットキック 岡山★	15	
16	17:00 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★	17:00 ダイエットキック 浜田★	17:00 ダイエットキック 浜田★	17:00 ダイエットキック 浜田★	16:00 ショートタイムキック 岡山★ 16:30 ショートタイムキック 岡山★	16:00 ショートタイムキック 岡山★ 16:30 ショートタイムキック 岡山★	16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 岡山★(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 工藤洋平★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 工藤洋平★(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 岡山★	17	
18	18:00 初心者キックボクシング 岡山★	17:00 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 工藤洋平★	18:00 ダイエットキック 岡山★	18:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	17:50 クラス終了 18:00 close		18	
19	17:00 ダイエットキック 岡山★	18:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	フリー&ミット 松本★	19:00 ダイエットキック 工藤洋平★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 岡山★	19:00 ダイエットキック 工藤洋平★	18:00 ダイエットキック 無料体験★体験者限定(岡山)	19	
20	20:00 ショートボクシング 岡山★ 20:30 ショートボクシング 岡山★	シェイプアップ ムエタイ 松本★	フリー&ミット 工藤洋平★	20:00 ショートボクシング 工藤★ 20:30 ショートボクシング 工藤★	20:00 ショートタイムキック 岡山★ 20:30 ショートタイムキック 岡山★	20:00 ショートボクシング 工藤★ 20:30 ショートボクシング 工藤★		20	
21	21:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	初心者ボクシング (フォーム重視) 工藤洋平★(体験)	フリー&ミット 松本★	21:00 初心者ボクシング 工藤洋平★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 工藤洋平★(無料体験)	※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。		21
22	22:00 フリー&ミット 岡山★	22:00 フリー&ミット 工藤洋平★	22:00 フリー&ミット 工藤洋平★	22:00 フリー&ミット 岡山★	22:00 フリー&ミット 工藤洋平★			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 3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★	10:00 open				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★					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 山下★	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 山下★	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 山下★		12:00 初心者キックボクシング 小森★		12	
13	13:00 初心者キックボクシング 山崎陽★芹澤	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★	13:00 初心者キックボクシング 有馬★山下		初心者 ボクシング 近藤★	グループキック 小森★	13
14	14:00 初心者キックボクシング 山崎陽★芹澤	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★(無料体験)	フリー&ミット 有馬★	グループキック 山下★	グループ ボクシング 近藤★	初心者キック 小森★(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	初心者キック HIRO★(体験)	初心者 ボクシング 近藤★	グループキック 小森★	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	グループキック HIRO★	グループ ボクシング 近藤★	初心者キック 小森★(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	初心者キック HIRO★	初心者 ボクシング 近藤★	初心者キック 小森★	17	
18	18:00 初心者ボクシング 芹澤・林★	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(昇侍)	18:00 初心者キックボクシング 雑賀★	18:00 初心者ボクシング 林★	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 昇侍★	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)	19:00 初心者キックボクシング 尾崎★	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 昇侍★	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 中川★	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 昇侍★	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 尾崎★(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★	22:00 初心者キック 昇侍★	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 尾崎★	22:00 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 3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 山岡★(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 山岡★(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	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 山岡★(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)			9						
10	11:00 初心者キックボクシング 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 山岡★	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★			10						
11	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		11						
12	13:00 超初心者キックボクシング 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 芹澤★	超初心者キック 松田★	超初心者キック 市川★	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(芹澤・松田)	キック無料体験 初回限定(市川)	12:10	12	
13	14:00 ダイエットキック 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 芹澤★	ダイエットキック 松田★(体験)	ダイエットキック 市川★(体験)				13	
14	15:00 上級キック 昇侍★★	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 近藤★	15:00 初心者ボクシング 近藤★	初心者 ボクシング 芹澤★	初心者キック 松田★	初心者キック 市川★				フリー 北村	14	
15	16:00 ダイエットキック 昇侍★(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 近藤★(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 芹澤★(無料)	ダイエットキック 松田★(体験)	ダイエットキック 市川★(体験)					15	
16	17:00 超初心者キックボクシング 昇侍★(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 近藤★	17:00 超初心者ボクシング 近藤★	初心者 ボクシング 芹澤★	超初心者キック 松田★	超初心者キック 市川★					16	
17	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小森)	初心者キック 尾崎★(体験)	ダイエットキック 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					17		
18	超初心者キック 昇侍★(体験)	初心者 ボクシング 小森★	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 近藤★(体験)	超初心者キック 小森★	初心者 ボクシング 近藤★	19:00 超初心者キックボクシング 昇侍★(無料体験)			18		
19	初心者キック 昇侍★(体験)	ダイエット ボクシング 小森★	レディースキック 尾崎★(体験)	ダイエット ボクシング 小森★	レディースキック 小森★	ダイエット ボクシング 近藤★(体験)	レディースキック 小森★(体験)	初心者キック 昇侍★(体験)	初心者 ボクシング 小柳★				19	
20	ダイエットキック 昇侍★(体験)	初心者 ボクシング 小森★	21:00 ダイエット	超初心者 ボクシング 小柳・高★	ダイエット キック 小森★	超初心者 ボクシング 近藤★	ダイエット キック 小森★	超初心者 ボクシング 近藤★	ダイエットキック 昇侍★(体験)	初心者 ボクシング 小柳★				20
21	初心者キック 昇侍★(体験)	ダイエット ボクシング 小森★	21:00 ダイエット キック 尾崎★	超初心者 ボクシング 小柳・高★	ダイエット キック 小森★	超初心者 ボクシング 近藤★	ダイエット キック 小森★	超初心者 ボクシング 近藤★	ダイエットキック 昇侍★(体験)	初心者 ボクシング 小柳★				21
22	初心者キック 昇侍★(体験)	ダイエット ボクシング 小森★	22:50 クラス終了 23:00 close											22
23														23



★ファイトフィット六本木ステーション 3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 尾崎★(無料体験)	7:10 モーニングキック 山中★(無料体験)	7:10 モーニングキック 山中★(無料体験)	7:10 モーニングキック 山中★(無料体験)			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 尾崎★	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 山中★	8:00 初心者キックボクシング 山中★			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 尾崎★(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 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)	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山中)	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山中)	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 尾崎★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 山中★(無料体験)	10:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山中)	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★	10:00 ダイエットキック 山中★	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 尾崎★	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★	11:00 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★	11:00 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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(中川)	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 菅★	13:00 ダイエットキック 尾崎★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 山中★(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 山中★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山中★中川	13:00 ダイエットキック 山中★中川	13
14	14:00 超初心者ボクシング 菅★	14:00 超初心者キックボクシング 尾崎★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 山中★	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 山中★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 山中★中川	14:00 超初心者キックボクシング 山中★中川	14
15	15:00 初心者ボクシング 菅★	15:00 初心者キックボクシング 山下★	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 芹澤★(無料体験)	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★中川	15:00 初心者キックボクシング 山中★中川	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 昇侍★(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 山中★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 山中★中川	16:00 ダイエットキック 山中★中川	16
17	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山下)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山下)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(昇侍)	17:00 超初心者キックボクシング 芹澤★	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(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 初心者キックボクシング 昇侍★(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 初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	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 中川★(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 中川★(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 中川★(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 中川★	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



★ファイトフィット秋葉原 3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)	※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。 12:00 open		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			12:00 超初心者キックボクシング 張谷★(無料体験)	初級 グループキック 工藤一★(体験)	フリー&ミット 森口★	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 庄司 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 遠藤★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 庄司 遠藤★(無料体験)			初級 グループキック 尾崎★(体験)	フリー&ミット 張谷★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 工藤一★	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 庄司 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 遠藤★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 庄司 遠藤★(無料体験)			初級グループ ボクシング 張谷★(体験)	フリー&ミット 尾崎★	初級 グループキック 工藤一★(体験)	フリー&ミット 森口★	14
15	15:00 初心者キックボクシング 浦辺★(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 初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)			初級 グループキック 尾崎★(体験)	フリー&ミット 張谷★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 工藤一★	15
16	16:00 初心者キックボクシング 浦辺★(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 初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)			初級グループ ボクシング 張谷★(体験)	フリー&ミット 尾崎★	初級 グループキック 工藤一★(体験)	フリー&ミット 森口★	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(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 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 庄司★(無料体験)			初級 グループキック 尾崎★(体験)	フリー&ミット 張谷★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 工藤一★	17
18	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(浦辺)	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(森口)	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(杉山)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(浦辺)	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(杉山)	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 浦辺★(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・清水★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 浦辺・清水★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 杉山功一★(無料体験)			19				
20	20:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 杉山功一・清水★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング 浦辺・清水★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 杉山功一★(無料体験)			20				
21	21:00 中級キックボクシング 浦辺★★	21:00 中級ボクシング 森口★★	21:00 中級ボクシング 杉山功一・清水★★	21:00 中級キックボクシング 浦辺・清水★★	21:00 中級ボクシング 杉山功一★★			21				
22	22:00 フリー&ミット 浦辺★	22:00 フリー&ミット 森口★	22:00 フリー&ミット 杉山・清水★	22:00 フリー&ミット 浦辺・清水★	22:00 フリー&ミット 杉山★			22				
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23				



★ファイトフィット秋葉原駅前 3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★	9:10 ダイエットボクシング 杉山★	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★	10:00 超初心者ボクシング 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★	11:00 ダイエットボクシング 杉山★	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 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 藤井重★(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★	初級グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 藤井重★	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 藤井重★(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 藤井重★	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 藤井重★(体験)	フリー&ミット 杉山★	16
17	17:00 ダイエットキック 和田★(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 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 藤井重★	17
18	18:00 ダイエットキック 和田★(無料体験)		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 栗山★(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 和田★	グループキック 浦辺★(体験)	フリー&ミット 澤田★	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★	グループキック 浦辺★(体験)	フリー&ミット 澤田★	<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>※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。</p>			19	
20	フリー&ミット 小島★	グループキック 和田★(体験)	フリー&ミット 浦辺★	グループキック 澤田★(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 浦辺★	グループキック 澤田★(体験)				20	
21	グループキック 小島★(体験)	フリー&ミット 和田★	グループキック 浦辺★(体験)	フリー&ミット 澤田★	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★	グループキック 浦辺★(体験)	フリー&ミット 澤田★				21	
22	フリー&ミット 小島★	初心者キック 和田★(体験)	フリー&ミット 浦辺★	初心者キック 澤田★(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★	フリー&ミット 浦辺★	初心者キック 澤田★(体験)				22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close											23			



★ファイトフィット新宿 3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 吉田貴広★	7:10 モーニングテコンドー 並木★			7				
8	8:00 初心者キックボクシング 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 キックボクシング 吉田貴広★	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 キックボクシング 吉田貴広★	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 吉田貴広★	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★	12:00 open 12:10クラス開始		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	初心者 ボクシング 森光★	超初心者キック 野口貴彦★(体験)	12:10 超初心者ボクシング 箕浦★	12			
13	13:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★	13:00 キックボクシング 吉田貴広★	13:00 超初心者ボクシング 濱道★	13:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★	13:00 キックボクシング 吉田貴広★	超初心者 ボクシング 森光(体験)	初心者キック 野口貴彦★	13:00 初心者ボクシング 箕浦★	13			
14	14:00 ダイエットキック 石戸谷★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 吉田貴広★	14:00 ダイエットボクシング 濱道★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 石戸谷★(無料体験)	14:00 ダイエットキック 吉田貴広★	初心者 ボクシング 森光★	ダイエットキック 野口貴彦★	14:00 ダイエットボクシング 箕浦★	14			
15	15:00 初心者キックボクシング 須藤★	15:00 ダイエットキック 吉田貴広★	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットキック 石戸谷★	15:00 ダイエットキック 吉田貴広★	超初心者 ボクシング 森光★(体験)	初心者キック 野口貴彦★	15:00 超初心者ボクシング 箕浦★	15			
16	16:00 キックボクシング 須藤★	16:00 キックボクシング 吉田貴広★	16:00 初心者ボクシング 濱道★	16:00 初心者キックボクシング 石戸谷★	16:00 キックボクシング 吉田貴広★	初心者 ボクシング 森光★	ダイエットキック 野口貴彦★	16:00 ダイエットボクシング 箕浦★(体験)	16			
17	17:00 超初心者キックボクシング 須藤★	17:00 キックボクシング 吉田貴広★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者キックボクシング 須藤★	17:00 キックボクシング 吉田貴広★	初心者 ボクシング 森光★	キックボクシング 野口貴彦★	17:00 超初心者ボクシング 箕浦★	17			
18	18:00 初心者キックボクシング 須藤★	18:00 ダイエットキック 藤井啓吾★	18:00 初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 藤井啓吾★	18:00 ダイエットボクシング 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★	ショートタイムキック 和田★	超初心者 キック 藤井啓吾★	初心者 ボクシング 菅★	超初心者 キック 藤井啓吾★	初心者 ボクシング 森光★	超初心者キック 藤井啓吾★	初級フィジカル 杉本★	19:00 超初心者 ボクシング 菅★	※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	中級 フィジカル 杉本★	初心者 ボクシング 横田★(体験)	超初心者 キック 和田★(体験)	フリー&ミット 藤井啓吾★	ダイエット ボクシング 菅★	ダイエット キック 藤井啓吾★	超初心者 ボクシング 森光(体験)	ダイエット キック 藤井啓吾★	中級フィジカル 杉本★			20
21	21:00 初心者キック 須藤★	初心者ボクシング 横田★	フリー&ミット 和田★	初心者キック 藤井啓吾★	超初心者 ボクシング 菅★	初心者キック 藤井啓吾★	初心者 ボクシング 森光★	超初心者キック 藤井啓吾★	初心者キック 杉本★	ダイエット ボクシング 菅★		21
22		中級ボクシング 横田★	キック テクニック 和田★	超初心者 キック 藤井啓吾★	初心者 ボクシング 菅★	超初心者 キック 藤井啓吾★	初心者 ボクシング 森光★	キックボクシング 藤井啓吾★	22:00 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 3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 初心者キックボクシング 中桐★	10:10 初心者キックボクシング 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 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 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 超初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 石戸谷★	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 ダイエットキック 時岡★	14:00 ダイエットキック 石戸谷★(無料体験)	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★		15:00 ダイエットキック 石戸谷★	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 浩太郎★	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 キックボクシング 時岡★	16:00 キックボクシング 石戸谷★	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 浩太郎★	17:00 超初心者ボクシング 箕浦★	17:00 超初心者ボクシング 菅★	17:00 超初心者キックボクシング 中桐★(体験)	17:00 超初心者キックボクシング 浩太郎★	超初心者キック 中桐★	初心者ボクシン グ 相馬★		超初心者キック 中桐★	17		
18	18:00 ダイエットキック 浩太郎★	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 森光★(無料体験)	ダイエット キック 中桐★	フリー&ミット 須藤★	18:00 ダイエットキック 浩太郎★(無料体験)	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★	初心者 キック 須藤★	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	初心者 ボクシング 森光★	初心者 キック 須藤★	超初心者 ボクシング 森光★(体験)	※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 須藤★	初心者 ボクシング 箕浦★	超初心者 ボクシング 森光★(体験)	初心者 キック 石橋★	初心者 キック 中桐★	キック ボクシング 須藤★	初心者 キック 浩太郎★	初心者 ボクシング 森光★	20	
21	21:00 ダイエットキック 吉田貴広★	超初心者キック 須藤★	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 中桐★(体験)	初心者 キック 須藤★	超競技初心者 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	初心者キック 浩太郎★	キック ボクシング 吉田貴広★	キック ボクシング 須藤★	ダイエット ボクシング 箕浦★	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 中桐★	初心者 キック 須藤★	超初心者総合 浩太郎★	超初心者 ボクシング 森光★	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3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 モーニングキック 小松★	7:10 ヨガ&ストレッチ 五十川・小松★	7:10 モーニングキック 小松★	7:10 モーニングキック 田中峻★			7	
8	8:00 キックボクシング 田中峻★	8:00 キックボクシング 小松★	8:00 キックボクシング 小松★(無料体験)	8:00 キックボクシング 小松★	8:00 キックボクシング 田中峻★			8	
9	9:00 超初心者キックボクシング 田中峻★	9:00 超初心者キックボクシング 小松★	9:00 超初心者キックボクシング 小松★	9:00 超初心者キックボクシング 小松★	9:00 超初心者キックボクシング 田中峻★			9	
10	10:00 ダイエットキック 田中峻★	10:00 ダイエットキック 小松★	キックボクシング 小松★	10:00 ダイエットキック 小松★	10:00 ダイエットキック 田中峻★			10	
11	11:00 初心者ボクシング 谷本★	11:00 ダイエットキック 小松★	11:00 ダイエットキック 小松★	11:00 ダイエットキック 小松★	11:00 ダイエットキック 田中峻★	11:00キック無料体験 初回体験者限定(小松)		11	
12	12:00 超初心者ボクシング 谷本★	12:00 超初心者キックボクシング 小松★(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 超初心者ボクシング 小山★	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	有酸素キック 池田進人★	12:00 open	12	
13	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★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小松★	13:00 ダイエットボクシング 小山★	13:00 ダイエットキック 小松★	13:00	12:10	13	
14	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★	14:00 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 小山★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	初心者キック 小松★(体験)	フリー&ミット 谷本・ 戸井田大	14	
15	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★(無料体験)	15:00 キックボクシング 小松★	15:00 初心者ボクシング 小山★	15:00 キックボクシング 小松★	13:00	フリー&ミット 谷本・ 戸井田大	15	
16	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★	16:00 ダイエットキック 小松★	16:00 ダイエットボクシング 小山★	16:00 ダイエットキック 小松★	13:00	フリー&ミット 谷本・ 戸井田大	16	
17	17:00 初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	17:00 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 藤井重★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 小山★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 小松★	13:00	フリー&ミット 谷本・ 戸井田大	17	
18	18:00 ダイエットボクシング 波田★	18:00 ダイエットボクシング 小山★	18:00 ダイエットボクシング 藤井重★	18:00 ダイエットキック 橋本真★(無料体験)	18:00 ダイエットボクシング 小山★	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	※ファイトフィットはマスパパーは禁止です。 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。		19	
20	19:00	19:00	20:00	20:00	19:00			19	
21	19:00	19:00	21:00	21:00	19:00			21	
22	19:00	19:00	22:00	22:00	19:00			22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイトフィット池袋東口 3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 野口貴彦★	7:10モーニング ヨガ 五十川★	モーニング ボクシング 谷本★(体験)	7:10モーニング ヨガ 五十川★	モーニング キック 野口貴彦★(体験)							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 野口貴彦★(無料体験)	8:00 ボクシング 谷本★	8:00 キックボクシング 野口貴彦★	9:00 open						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 野口貴彦★	9:00 超初心者ボクシング 谷本★(体験)	9:00 超初心者キックボクシング 野口貴彦★	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 野口貴彦★(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 野口貴彦★(無料体験)	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 野口貴彦★	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 野口貴彦★	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★							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	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	フリー&ミット 関根★	超初心者 キック 照井★(体験)	超寝技初心者 大野★							12	
13	13:00 超初心者キックボクシング 時岡★	13:00 超初心者ボクシング 出田★	13:00 超初心者ボクシング 野口貴彦★	13:00 超初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	13:00 超初心者ボクシング 野口貴彦★	初心者 ボクシング 関根★	超寝技初心者 大野★	初心者 キック 時岡★	フリー&ミット 照井★	超初心者 総合 大野★							13
14	14:00 ダイエットキック 時岡★	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 野口貴彦★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 谷本★	14:00 ダイエットボクシング 野口貴彦★(無料体験)	初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	超初心者 総合 大野★	14:00 ダイエットキック 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 野口貴彦★	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 野口貴彦★	15:00 超初心者ボクシング 関根★		フリー&ミット 時岡★	初心者キック 照井★(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 野口貴彦★	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 時岡★(体験)	フリー&ミット 照井★							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 時岡★	超初心者 キック 照井★							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 森脇★	18:00 ダイエットキック 森脇★	18:00 ダイエットボクシング 箕浦★	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)	超寝技初心者 大野★	19:00 超初心者ボクシング 菅★	19:00 超初心者キックボクシング 児玉★	超初心者 ボクシング 箕浦★(体験)	超寝技 初心者 大野★	19:00 超初心者ボクシング 箕浦★(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 森脇★(体験)	初心者 ボクシング 菅★	護身術 児玉★	超初心者 キック 森脇★(体験)	初心者 ボクシング 箕浦★	超初心者 総合 大野★	20:00 ショートボクシング 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★	ダイエット キック 森脇★	ダイエット ボクシング 菅★	フリー&ミット 児玉★	ダイエットキック 森脇★	ダイエット ボクシング 箕浦★(体験)	超初心者 総合 大野★	18:00 ダイエットボクシング 箕浦★(体験)	21、22、28、29日のヨガクラスは休講です。						21	
22	22:00 超初心者ボクシング 箕浦★	キックテクニク 森脇★	初心者 ボクシング 菅★	初心者 キックボクシング 児玉★	フリー&ミット 森脇★	フリー&ミット 箕浦★	ヨガ 五十川★	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 3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 藤井★(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 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 藤井★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 石谷★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)			8		
9	9:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	9:00 ダイエットボクシング 藤井★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	9:00 ダイエットボクシング 石谷★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)			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 藤井★(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 藤井★	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 木内★(無料体験)	初心者ボクシング 近藤★	フリー&ミット ハリイ★	初心者ボクシング 工藤洋平★	ヨガビギナー AMI★(体験)	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 木内★(無料体験)	ダイエットキック ハリイ★(体験)	フリー&ミット 近藤★	14:00 初心者キックボクシング 工藤洋平★		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 木内★(無料体験)	ダイエットボクシング 近藤★	フリー&ミット ハリイ★	15:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★		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 木内★(無料体験)	キックマスマスパー ハリイ★	フリー&ミット 近藤★	16:00 初心者ボクシング 工藤洋平★(無料体験)		16
17	17:00 超初心者キックボクシング 中村★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 石谷★	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 石谷★	17:00 超初心者キックボクシング 木内★	マスポクシング 近藤★	フリー&ミット ハリイ★	17:00 マスポクシング 工藤洋平★		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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山岡)	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(山下優一郎)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(木内)	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 初級グループキック 山岡★(無料体験)	初級 グループキック 岡山★(体験)	フリー&ミット 芹沢★	19:00 初級グループキック 山下優一郎★(無料体験)	19:00 初級グループキック 岡山★(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(キックの場合)を着用してください。力任せに攻撃をする方やインストラクターの指示に従わない方はお断りをする場合がございますので予めご了承ください。		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 ダイエットキック 山岡★	ダイエットキック 芹沢★	フリー&ミット 岡山★	20:00 ダイエットキック 山下優一郎★	ダイエットキック 岡山★	ヨガビギナー AMI★(体験)		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 初心者キックボクシング 山岡★(無料体験)	超初心者キック 岡山★(体験)	フリー&ミット 芹沢★	21:00 初心者キックボクシング 山下優一郎★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)			21
22	マスポクシング 佐々木★	フリー&ミット 中村剣★	22:00 キックマスマスパー 山岡★	キックマスマスパー 芹沢★	フリー&ミット 岡山★	22:00 キックマスマスパー 山下優一郎★	22:00 ヨガビギナー AMI・岡山★			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23	



★ファイトフィット吉祥寺 3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 モーニングボクシング 野田賢史★(無料体験)	7:10 モーニングキック 岩淵★	7:10 モーニングキック 津崎★	7:10 モーニングキック 岩淵★	7:10 モーニングキック 大貫★			7				
8	8:00 グループボクシング 野田賢史★	8:00 グループキック 岩淵★	8:00 グループキック 津崎★	8:00 グループキック 岩淵★	8:00 グループキック 大貫★	9:00 open		8				
9	9:00 無料体験者優先 野田★(超初心者ボクシング)	9:00 無料体験者優先 岩淵★(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 岩淵★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 大貫★(超初心者キック)	9:10 初心者キックボクシング 大貫★	9:10 グループキック 大貫★	9				
10	9:00 ダイエットボクシング 野田賢史★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 岩淵★	10:00 ダイエットキック 津崎★	10:00 ダイエットキック 岩淵★	10:00 ダイエットキック 大貫★	初心者キック 大貫★(体験)	グループキック 佐野★	10:00 グループキック 大貫★	10			
11	11:00 グループボクシング 野田賢史★	11:00 グループキック 岩淵★	11:00 グループキック 津崎★	11:00 グループキック 岩淵★	11:00 グループキック 大貫★	グループキック 大貫★	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 ボクシング無料体験 初回体験者限定(野田)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(大貫)	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(岩淵)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(大貫)	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(岩淵)	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 大貫★	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★	フリー&ミット 岩淵★	グループキック 大貫★	13			
14	グループボクシング 野田★(体験)	フリー&ミット 村越★	14:00 超初心者キックボクシング 大貫★(無料体験)	超初心者キック 津崎★(体験)	フリー&ミット 村越★	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 佐野★	超初心者キック 大貫★(体験)	グループキック 岩淵★	超初心者キック 大貫★(体験)	14
15	15:00 グループキック 村越★	15:00 グループキック 大貫★	15:00 グループキック 村越★	15:00 グループキック 佐野★	フリー&ミット 村越★	フィジカル &ボクシング 林★	15:00 グループキック 大貫★	初心者キック 岩淵★(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 大貫★(無料体験)	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★	フリー&ミット 林★	16:00 グループキック 大貫★	16:00 グループキック 岩淵★	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 大貫★	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★	ショートタイムキック 大貫★ フリー&ミット 大貫★	ショートタイムキック 岩淵★ フリー&ミット 岩淵★	17			
18	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(岩淵)	18:00 レディースダイエットキック 大貫★(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(菅原)	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	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(岩淵)	18			
19	19:00 グループキック 岩淵★	グループキック 菅原★	フリー&ミット 林★	グループキック 菅原★	超初心者キック 岩淵★(体験)	19:00 超初心者キックボクシング 石垣★(無料体験)	グループキック 千葉★	フリー&ミット 林★	19			
20	20:00 グループキック 岩淵★	超初心者キック 菅原★(体験)	フィジカル &ボクシング 林★	超初心者キック 菅原★(体験)	グループキック 岩淵★	20:00 グループキック 石垣★	初心者キック 千葉★(体験)	フィジカル &ボクシング 林★	※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。	20		
21	21:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	グループキック 菅原★	フリー&ミット 林★	グループキック 菅原★	超初心者キック 岩淵★(体験)	21:00 超初心者キックボクシング 石垣★(無料体験)	グループキック 千葉★	フリー&ミット 林★	※ショートタイムキック及びショートボクシン グは30分のクラスです。	21		
22	ショートタイムキック 岩淵★ フリー&ミット 岩淵★	フリー&ミット 菅原★	ショートボクシング 林★ フリー&ミット 林★	ショートタイムキック 菅原★ フリー&ミット 菅原★	フリー&ミット 岩淵★	ショートタイムキック 石垣★ フリー&ミット 石垣★	フリー&ミット 千葉★	ショートボクシング 林★ フリー&ミット 林★	22			
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23			



★ファイティングラボ赤羽 3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 モーニングキック 佐々木康★(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 初心者キックボクシング 佐々木康★(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 超初心者キックボクシング 佐々木康★(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 佐々木康★(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 キックマスパワーリング 佐々木康★★	11:00 キックマスパワーリング 田中峻★★	11:00 キックマスパワーリング 田中峻★★	11:00 キックマスパワーリング 木山★★	11:00 キックマスパワーリング 森貴慎★★			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	初級グループ キック 田中峻★(体験)	12:10 初心者キック 佐々木康★(体験)	12:10	
13	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★(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 森脇★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)	初心者キック 森脇★	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 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 田中峻★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 森脇★(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 田中峻★	ダイエットキック 佐々木康★(体験)	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 田中峻★(無料体験)	15:00 初級グループボクシング 北村★(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 森脇★(体験)	超初心者キック 神山★	フリー&ミット 神山 ・佐々木康★	
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 戸井田大★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 北村★(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 キックマスパワーリング 森貴慎★★	17:00 キックマスパワーリング 戸井田大★★	17:00 超初心者キックボクシング 北村★(無料体験)	17:00 キックマスパワーリング 森脇★★	17:00 キックマスパワーリング 佐々木康★★	初心者キック 森脇★	超初心者キック 神山★	17	
18	18:00 ヨガ ゆか★	18:00 ダイエットキック 戸井田大★(無料体験)	18:00 キックマスパワーリング 佐々木康★★	18:00 ダイエットキック 田中峻★(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	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 初級 グループキック 佐々木康★(体験)	19:00	ダイエットキック 田中峻★(体験)	19:00	超初心者キック 神山★	19:00	19	
20	超初心者キック 森脇★	フリー&ミット 森脇 森貴慎★	フリー&ミット 佐々木康 ・戸井田大★	超初心者キック 森脇★	フリー&ミット 森脇 田中峻★	ダイエットキック 神山★(体験)	フリー&ミット 神山 佐々木康★	20	
21	キック マスパ 森貴慎★★	キック マスパ 戸井田大★★	キック マスパ 佐々木康★★	キック マスパ 田中峻★★	キック マスパ 佐々木康★★	キック マスパ 佐々木康★★	フリー&ミット 神山 佐々木康★	21	
22	ダイエットキック 森脇★	初心者キック 佐々木康★	初心者キック 北村★	初心者寝技 森脇★	初心者寝技 佐々木康★	初心者寝技 佐々木康★		22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23

※スパワ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。

※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。



★ファイトフィット西川口 3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 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)	7:10 モーニングボクシング 山岡★(無料体験)	7:10 モーニングキック 布施★(無料体験)			7	
8	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)	8:00 ダイエットボクシング 山岡★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 布施★(無料体験)			8	
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 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 ダイエットボクシング 山岡★(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	
10	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)	10:00 超初心者ボクシング 山岡★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)			10	
11	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★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 塩崎★	11:00 初心者ボクシング 山岡★	11:00 超初心者キックボクシング 布施★	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 戸井田大★(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 塩崎★(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 塩崎★(無料体験)	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 池田進人★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 戸井田大★(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 塩崎★(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 塩崎★(無料体験)	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 池田進人★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 戸井田大★(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 塩崎★(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 塩崎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 佐々木康★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 池田進人★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 戸井田大★(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 戸井田大★(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 池田進人★(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 池田進人★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 戸井田大★(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 戸井田大★(無料体験)	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 池田進人★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 佐々木康★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 池田進人★	17:00 超初心者キックボクシング 戸井田大★	17:00 超初心者キックボクシング 布施★	17	
18	18:00 ダイエットキック 戸井田大★(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 ダイエットキック 池田進人★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 川島★(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	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	ダイエットキック 戸井田大★(体験)	19:00 フリー&ミット 戸井田大 ・尾崎	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 川島・辻	19:00 初心者ボクシング 池田進人★		19	
20	初心者キック 尾崎★(体験)		20:00 初心者キックボクシング 辻★(無料体験)	有酸素キック 池田進人★		初心者キック 辻★(体験)	20:00 有酸素キック 池田進人★(無料体験)		20
21	超初心者キック 戸井田大★(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 辻★(無料体験)		超初心者キック 川島★(体験)	21:00 超初心者キックボクシング 池田進人★(無料体験)		21
22	22:00 ダイエットキック 尾崎★	22:00 ダイエットキック 辻★	22:00 ダイエットキック 辻★	ダイエットキック 辻★	22:00 ダイエットキック 池田進人★			22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイティングラボ大森 3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 木内★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ asami★	7:10 モーニングキック 和田★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ asami★	7:10 モーニングキック 木下尚祐★(無料体験)			7				
8	8:00 初心者キックボクシング 木内★(無料体験)	8:00 ヨガ asami★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	8:00 ヨガ asami★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 木下尚祐★(無料体験)			8				
9	9:00 超初心者ボクシング 池田竜司★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 池田竜司★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 和田★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 池田竜司★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 木下尚祐★(無料体験)			9				
10	10:00 ダイエットボクシング 池田竜司★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 池田竜司★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 和田★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 池田竜司★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 木下尚祐★(無料体験)			10				
11	11:00 超初心者ボクシング 池田竜司★	11:00 超初心者ボクシング 池田竜司★	11:00 超初心者ボクシング 和田★	11:00 超初心者ボクシング 池田竜司★	11:00 超初心者ボクシング 木下尚祐★			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 ボクシング無料体験 初回体験者限定(池田)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(木下尚)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(池田)	12:00 open		12				
13	13:00 ダイエットボクシング 池田竜司★(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 木下尚祐★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 池田竜司★(無料体験)	13:00 超寝坊初心者 木下★(体験)	超初心者ボクシング 池田竜司★	初心者キック 千葉★(体験)	12:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(平丸・レナ)	13			
14	14:00 超初心者ボクシング 池田竜司★(無料体験)	超初心者ボクシング 池田★(体験)	超寝坊初心者 千葉★(体験)	14:00 超初心者ボクシング 池田竜司★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 池田竜司★(無料体験)	ダイエットボクシング 池田★(体験)	超初心者総合 木下★(体験)	初心者キック 千葉★(体験)	初心者キック 平丸★	有酸素ボクシング レナ★(体験)	ヨガ asami★(体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 池田竜司★(無料体験)	超初心者ボクシング 池田★(体験)	超初心者総合 千葉★(体験)	15:00 初心者キックボクシング 木下尚祐★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 池田竜司★(無料体験)	初心者ボクシング 池田★(体験)	超寝坊初心者 木下★(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 レナ・平丸★(無料体験)			15
16	16:00 ダイエットボクシング 池田竜司★(無料体験)	超初心者ボクシング 池田★(体験)	超寝坊初心者 千葉★(体験)	16:00 ダイエットボクシング 木下尚祐★(無料体験)	フリー&ミット 池田★	初心者キック 千葉★(体験)	超初心者総合 木下★(体験)	16:00 マスパー 千葉★(無料体験)	16:00 ダイエットキック レナ・平丸★(無料体験)			16
17	17:00 超初心者ボクシング 池田竜司★	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 木下尚祐★(無料体験)	フリー&ミット 池田★	超初心者キック 千葉★(体験)	16:00 ダイエットボクシング 池田竜司★(無料体験)		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 レナ・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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(千葉・林茂)	19:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(漆原)	19:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(漆原)	19:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(千葉)	19:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(平丸)	※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	キックボクシング 林茂★(体験)	19:00 ショートタイムキック 千葉★(体験)	フリー&ミット 千葉★	20:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	ショートタイムキック 千葉★	フリー&ミット 千葉★	20:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)				20
21	フリー&ミット 林茂★	初心者キック 千葉★(体験)	21:00 超初心者キックボクシング 漆原★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 漆原★(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 平丸★(無料体験)						21
22	22:00 ダイエットキック 千葉・林茂★	22:00 ダイエットキック 漆原★	22:00 ダイエットキック 漆原★	22:00 マスパー 千葉★	22:00 ダイエットキック 平丸★							22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23			



★ファイトフィット町田 3月時間割★

小田急線「町田駅」徒歩3分！2019年2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 黒澤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 黒澤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 黒澤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 黒澤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 黒澤★(無料体験)			7	
8	8:00 初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)			8	
9	9:00 超初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)			9	
10	10:00 ダイエットキック 彩岡★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 彩岡★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)			10	
11	11:00 超初心者キックボクシング 彩岡★	11:00 超初心者キックボクシング 黒澤★	11:00 超初心者キックボクシング 黒澤★	11:00 超初心者キックボクシング 彩岡★	11:00 超初心者キックボクシング 黒澤★	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 ボクシング無料体験 初回体験者限定(濱道)	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(和田)	12	
13	13:00 ダイエットキック 彩岡★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)	13:00 ダイエット ボクシング 濱道★(体験)	13:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 濱道★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 和田★(無料体験)	13	
14	14:00 超初心者キックボクシング 彩岡★	14:00 超初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	13:00 超初心者キック 彩岡★(体験)	14:00 超初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 濱道★(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	
15	15:00 初心者キックボクシング 彩岡★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	15:00 初心者 ボクシング 濱道★(体験)	15:00 初心者キックボクシング 黒澤★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 濱道★(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 彩岡★	16:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)	16:00 ダイエット キック 彩岡★(体験)	16:00 ダイエットキック 黒澤★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 濱道★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 和田★(無料体験)	16	
17	17:00 超初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 和田★	17:00 超初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者キックボクシング 和田★	17	
18	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(濱道)	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(濱道)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(和田)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(和田)	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(濱道)	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	19:00 超初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	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 キック 和田★(体験)	19:00 超初心者 キック 和田★(体験)	19:00 超初心者 ボクシング 濱道★		19	
20	20:00 初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	20:00 ダイエット キック 和田★	20:00 超初心者 ボクシング 濱道★(体験)	20:00 超初心者 ボクシング 濱道★(体験)		20	
21	21:00 超初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 和田★(無料体験)	21:00 ショートタイムキック 和田★	21:00 初心者 ボクシング 濱道★(体験)	21:00 初心者キック 和田★(体験)	21:00 初心者 ボクシング 濱道★(体験)	21	
22	22:00 ダイエットボクシング 濱道★	22:00 ダイエットボクシング 濱道★	22:00 ダイエットキック 和田★	22:00 ショートタイムキック 和田★	22:00 超初心者 ボクシング 濱道★	22:00 超初心者 ボクシング 濱道★		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 3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 土日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								9	
	10:00 open					10:00 open			
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 佐野★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 浩太郎★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 杉山★(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 佐野★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 浩太郎★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 杉山★(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 超初心者ボクシング 幸伸丸★(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
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 佐野★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 浩太郎★(無料体験)	13:00 無料体験者優先 杉山★(超初心者ボクシング)		13:00 無料体験者優先 多田・幸伸丸★(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 佐野★(無料体験)	14:00 超初心者キック 浩太郎★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 杉山★(無料体験)		14:00 超初心者ボクシング 多田・幸伸丸★(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 初心者ボクシング 幸伸丸★(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 幸伸丸・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 平丸★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 幸伸丸★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 杉山★(無料体験)		16:00 ダイエットボクシング 幸伸丸・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 平丸★	17:00 超初心者ボクシング 幸伸丸★	17:00 超初心者ボクシング 杉山★		17:00 超初心者ボクシング 幸伸丸・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 18:00close		18	
19	19:00 超初心者キックボクシング 佐野★(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 佐野★(無料体験)	ショートタイムキック 平丸★ ショートタイムキック 平丸★(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 杉山★(無料体験)				20	
21	21:00 ダイエットキック 佐野★	21:00 ダイエットキック 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 スポーツクラブNAS 23:00 close							22	



★ファイトフィット横浜ポートサイド 3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 超初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 我謝★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)			9:10 超初心者キックボクシング 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 初心者キックボクシング 高遠★	10:00 初心者キックボクシング 我謝★	10:00 初心者キックボクシング 砂山★	10:00 初心者キックボクシング ハリイ★	10:00 初心者キックボクシング 砂山★	10:00 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 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 高遠★	グループキック 砂山★	11	
12	12:00 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	12:00 ダイエットキック 我謝★(無料体験)	12:00 ダイエットキック 砂山★(無料体験)	12:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	12:00 ダイエットキック 砂山★(無料体験)	12:00 初心者 ボクシング 照井★	グループキック 高遠★(体験)	13:00 初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	12		
13	13:00 超初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 我謝★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)	13:00 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★	13	
14	14:00 初心者キックボクシング 照井★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 砂山★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 高遠★(無料体験)	14:00 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★	14	
15	15:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	15:00 ダイエットキック 高遠★(体験)	15:00 ダイエットキック ハリイ★	15:00 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	15:00 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★	15	
16	16:00 超初心者キック 照井★	16:00 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)	16:00 超初心者キック 高遠★	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★	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 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	17:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	17:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	17:00 ダイエットボクシング 北嶋★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		17			
18	18:00 超初心者キック 照井★(体験)	18:00 初心者ボクシング 笠島★	18:00 初心者キック 高遠★	18:00 初心者ムエタイ ハリイ★(体験)	18:00 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★	超初心者キック 照井★(体験)	初心者 ボクシング 笠島・北嶋★	18	
19	19:00 有酸素 ボクシング 照井★(体験)	19:00 ダイエット ボクシング 笠島★	19:00 ダイエットキック 高遠★(体験)	19:00 ダイエット ボクシング ハリイ★	19:00 ダイエット キック 照井★(体験)	初級 フィジカル 北嶋★	19:00 超初心者キック 照井★(体験)	19:00 超初心者キック 照井★(体験)	19:00 超初心者キック 照井★(体験)	19	
20	20:00 超初心者キック 照井★(体験)	20:00 超初心者 ボクシング 笠島★	20:00 超初心者キック 高遠★(体験)	20:00 超初心者 ボクシング ハリイ★	20:00 超初心者キック 照井★(体験)	20:00 超初心者 ボクシング 北嶋★	20:00 超初心者キック 高遠★(体験)	20:00 超初心者 ボクシング 照井★	20:00 超初心者 ボクシング 笠島・北嶋★	20	
21	21:00 初心者キック 照井★	21:00 超初心者 ボクシング 笠島★	21:00 初心者キック 高遠★	21:00 初心者キック 照井★	21:00 超初心者 ボクシング ハリイ・北嶋★	21:00 初心者キック 高遠★	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	22:50 クラス終了 23:00 close										22
23											23



★ファイティングラボ大宮東口 3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 池田進人★(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 池田進人★(無料体験)	7:10 モーニングキック 森脇★(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 池田進人★(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 池田進人★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 森脇★(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 池田進人★(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 池田進人★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 森脇★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 新井★(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 池田進人★(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 池田進人★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 森脇★(無料体験)	ダイエットキック 布施★(体験)	キック マスパ 新井★★	ダイエットキック 新井★(体験)	キック マスパ 鈴木快★★	10			
11	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 池田進人★(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 池田進人★(無料体験)	11:00 超初心者寝技 森脇★(無料体験)	超初心者ムエタイ 布施★(無料体験)	超初心者ムエタイ 新井★(無料体験)	超初心者ムエタイ 新井★(無料体験)	鈴木快★★	11			
12	12:00 キックマスパ 布施★★	12:00 初心者キックボクシング YUKA★(無料体験)	12:00 キックマスパ 布施★★	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 布施★(無料体験)	12:00 初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	12:00 初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	12:00 初心者キックボクシング 鈴木快★(無料体験)	12			
13	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 ダイエットキック YUKA★	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 ダイエットキック YUKA★	13:00 ダイエットキック YUKA★	13:00 ダイエットキック 新井★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 新井★(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 鈴木快★(無料体験)	13			
14	14:00 超初心者キックボクシング 新井★(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 新井★(無料体験)	14:00 超初心者ムエタイ YUKA★(無料体験)	14:00 超初心者ムエタイ YUKA★(無料体験)	超初心者 キック 布施★(体験)	フリー&ミット 新井 ・布施	初級英会話 アリオ★	超初心者 キック 新井★(体験)	フリー&ミット 新井 ・鈴木快	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★	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★	15:00 初心者ムエタイ YUKA★	ダイエット キック 新井★(体験)	フリー&ミット ・布施	日常英会話 アリオ	ダイエット キック 鈴木快★(体験)	フリー&ミット ・鈴木快	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 新井★(無料体験)	16:00 ダイエットムエタイ YUKA★(無料体験)	16:00 ダイエットムエタイ YUKA★(無料体験)	ダイエットキック 新井★(体験)	キック マスパ 布施★★	ダイエットキック 鈴木快★(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 キックマスパ 新井★★	17:00 キックマスパ YUKA★★	17:00 キックマスパ 新井★★	17:00 キックマスパ YUKA★★	17:00 キックマスパ YUKA★★	超初心者キック 新井★	キック マスパ 布施★★	超初心者キック 鈴木快★	超初心者キック 鈴木快★	キック マスパ 新井★★	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 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 池田進人★(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★	初級英会話 イブ★	超初心者 キック 新井★(体験)	フリー&ミット 新井 ・川島	初級英会話 イブ★	超初心者 キック 新井★(体験)	超初心者 寝技 大野★	初級英会話 イブ★	超初心者キック 池田進人★(体験)	初級英会話 アリオ★	超初心者キック 新井★	初級英会話 アリオ★	19
20	初心者キック 新井★	日常英会話 イブ★	初心者 キック 川島★(体験)	フリー&ミット 新井 ・川島	日常英会話 イブ★	初心者 キック 新井★(体験)	超初心者 寝技 大野★	日常英会話 イブ★	初心者キック 池田進人★	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)	ダイエットキック 川島★(体験)	超初心者 キック 新井★(体験)	フリー&ミット 新井 ・川島	超初心者 寝技 大野★	21:00 有酸素キック 池田進人★(無料体験)	超初心者 寝技 大野★	超初心者 寝技 大野★	21:00 超初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	超初心者 寝技 大野★	超初心者 寝技 大野★	超初心者 寝技 大野★	21
22	22:00 ダイエットキック 新井★	超初心者キック 川島★	超初心者 キック 新井★(体験)	フリー&ミット 新井 ・川島	超初心者 寝技 大野★	22:00 ダイエットキック 池田進人★	超初心者 寝技 大野★	超初心者 寝技 大野★	22:00 フリー&ミット 新井	超初心者 寝技 大野★	超初心者 寝技 大野★	超初心者 寝技 大野★	22
23	22:50 クラス終了 23:00 close											23	

※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。



★ファイトフィット柏 3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 中島★(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 中島★(無料体験)				7	
8	8:00 初心者キックボクシング 向山★(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 向山★(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 向山★(無料体験)				8	
9	9:00 超初心者キックボクシング 向山★(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 向山★(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 向山★(無料体験)				9	
10	10:00 ダイエットキック 向山★(無料体験)	初心者キック 漆原★(体験)	キック&空手 エリザベス★	10:00 ダイエットキック 向山★(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 向山★(無料体験)				10	
11	11:00 超初心者キックボクシング 向山★	超初心者キック 漆原★(体験)	キック&空手 エリザベス★	11:00 超初心者キックボクシング 向山★	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 向山★				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	グループキック 中島★	初心者キック 田切★(体験)	初心者キック 中島★(体験)	グループキック 鈴木★	12
13	13:00 ダイエットキック 向山★(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 向山★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 田切★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 向山★(無料体験)	初心者キック 中島★(体験)	グループキック 田切★	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 向山★(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 向山★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 田切★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 向山★(無料体験)	キック&空手 中島★	初心者キック 田切★(体験)	初心者キック 中島★(体験)	グループミット 鈴木★	14
15	15:00 初心者キックボクシング 向山★(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 向山★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 田切★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 向山★(無料体験)	初心者キック 中島★(体験)	グループキック 田切★	グループキック 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 浩太郎★(無料体験)		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 田切★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 田切★(無料体験)	グループキック 中島★	初心者キック 田切★(体験)	初心者キック 中島★(体験)	グループキックテク 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 浩太郎★		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 田切★	17:00 超初心者キックボクシング 田切★	初心者キック 中島★	グループキック 田切★	グループキック 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	グループキック 中島★	初心者キック 漆原★(体験)	グループキック 浩太郎★	初心者キック 田切★(体験)	グループキック 中島★	初心者キック 佐藤★(体験)	グループキック 中島★	初心者キック 田切★(体験)	グループキック 佐藤★	初心者キック 田切★(体験)	19
20	初心者キック 中島★(体験)	グループキックテク ニック漆原★★	初心者キック 浩太郎★(体験)	グループキック 田切★	初心者キック 中島★(体験)	グループキック 佐藤★	初心者キック 中島★(体験)	グループキック 田切★	初心者キック 佐藤★(体験)	グループキック 田切★	20
21	グループキック 中島★	初心者キック 漆原★(体験)	グループ キックテクニック 浩太郎★★	初心者キック 田切★(体験)	グループキック 中島★	初心者キック 佐藤★(体験)	グループキック 中島★	初心者キック 田切★(体験)	グループキック 佐藤★	初心者キック 田切★(体験)	21
22	初心者キック 中島★	超初心者キック 漆原★	初心者キック 浩太郎★	超初心者キック 田切★	初心者キック 中島★	超初心者キック 佐藤★	初心者キック 中島★	超初心者キック 田切★	超初心者キック 佐藤★	超初心者キック 田切★	22
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23



★ファイトフィット津田沼 3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 モーニングボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	7:10 モーニングキック 森田★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	9:00 open						7	
8	8:00 初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 森田★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 鈴木貴光★(無料体験)							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 鈴木★(超初心者ボクシング)	9:00 無料体験者優先 鈴木★(超初心者ボクシング)	9:00 無料体験者優先 森田★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 鈴木★(超初心者ボクシング)	超初心者ボクシング 阿部★(体験)	フリー&ミット 本村★	超初心者ボクシング 鈴木★(体験)	初心者キック 星野★(体験)	9			
10	10:00 シェイプアップムエタイ 栗山★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 鈴木貴光★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 鈴木貴光★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 森田★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 鈴木貴光★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 阿部・本村★(無料体験)		フリー&ミット 鈴木貴光★	超初心者キック 星野★(体験)	10			
11	ショートタイムキック 栗山★ フリー&ミット 栗山★	ショートボクシング 鈴木★ フリー&ミット 鈴木★	ショートボクシング 鈴木★ フリー&ミット 鈴木★	ショートボクシング 鈴木★ フリー&ミット 森田★	ショートボクシング 鈴木★ フリー&ミット 鈴木★	超初心者ボクシング 阿部★(体験)	フリー&ミット 本村★	超初心者ボクシング 鈴木★(体験)	初心者キック 星野★(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 TaeBo(燃焼系エクササイズ) 本村★		12:00 ダイエットムエタイ 星野★(無料体験)		12			
13	フリー&ミット 栗山★	ストレッチ&ダイエット 関本★(体験)	13:00 ダイエットキック 鈴木貴光★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 白石★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 白石★(無料体験)	フリー&ミット 鈴木★	ストレッチ&ダイエット 関本★(体験)	フリー&ミット 阿部洵樹★	初心者キック 吉田貴幸★(体験)	13:00 超初心者ボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	13		
14	ダイエットキック 栗山★(体験)	ヨガ 関本★	14:00 超初心者ボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	超初心者ボクシング 鈴木★(体験)	ヨガ 関本★	超初心者ボクシング 阿部★(体験)	フリー&ミット 吉田貴幸★	超初心者ボクシング 鈴木★(体験)	初心者キック 星野★(体験)	14	
15	フリー&ミット 栗山★	ストレッチ&ダイエット 関本★(体験)	15:00 初心者ボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	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 白石★(無料体験)	フリー&ミット 鈴木★	ストレッチ&ダイエット 関本★(体験)	フリー&ミット 阿部洵樹★	初心者キック 吉田★(体験)	フリー&ミット 鈴木貴光★	超初心者キック 星野★(体験)	15	
16	初心者ムエタイ 栗山★(体験)	ヨガ 関本★	16:00 ダイエットボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	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 白石★(無料体験)	ダイエットボクシング 鈴木★(体験)	ヨガ 関本★	超初心者ボクシング 阿部★(体験)	フリー&ミット 吉田貴幸★	超初心者ボクシング 鈴木★(体験)	初心者キック 星野★(体験)	16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 栗山 本村★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 鈴木貴光★(無料体験)	超初心者ボクシング 阿部★(体験)	フリー&ミット 白石★	17:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	超初心者ボクシング 鈴木★(体験)	フリー&ミット 白石★	17:00 キックテクニク 阿部・吉田★★		17:00 キックテクニク 鈴木貴光・星野★★	17		
18	シェイプアップムエタイ 栗山★(体験)	フリー&ミット 本村★	ダイエットキック 鈴木★	初回体験者限定(超初心者キック) 森田★(体験)	シェイプアップボクシング 阿部★	初回体験者限定(超初心者キック) 白石★(体験)	18:00 無料体験者優先 白石★(超初心者キック)	ダイエットキック 鈴木★	初回体験者限定(超初心者キック) 白石★(体験)	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	超初心者キック 森田★(体験)	TaeBo(燃焼系エクササイズ) 本村★	19:00 超初心者キックボクシング 森田★(無料体験)	ダイエットキック 白石★(体験)	フリー&ミット 阿部洵樹★	19:00 超初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	ダイエットキック 白石★(体験)	フリー&ミット 阿部洵樹★	※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。			19	
20	20:00 初心者キックボクシング 森田★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 森田★(無料体験)	初心者ボクシング 阿部★(体験)	フリー&ミット 白石★	20:00 初心者ボクシング 白石★(無料体験)	キックアウト(有酸素キック) 白石★(体験)	フリー&ミット 阿部洵樹★	20					
21	21:00 ダイエットキック 森田★(無料体験)	21:00 ダイエットキック 森田★(無料体験)	21:00 キックテクニク 白石・阿部★★	21:00 ダイエットキック 白石★(無料体験)	21:00 キックテクニク 白石・阿部★★	21							
22	ショートタイムキック 森田★ フリー&ミット 森田★	ショートタイムキック 森田★ フリー&ミット 森田★	ショートボクシング 阿部★ フリー&ミット 阿部★	フリー&ミット 白石★	ショートボクシング 白石★ フリー&ミット 白石★	ショートボクシング 阿部★ フリー&ミット 阿部★	フリー&ミット 白石★	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 3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 モーニングボクシング 野田賢史★(無料体験)	7:10 モーニングキック 時岡★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 野田賢史★(無料体験)	7:10 ベリーダンス yuie★(無料体験)			7
8	8:00 有酸素ダンス 安藤★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 野田賢史★(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 初心者ボクシング 野田賢史★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	※サンドバッグの設置はありません。 ※ダンスの時間は自主練習出来ません。		8
9	9:00 ストレッチ&フィジカル 安藤★(無料体験)	9:00 ボクシングフィジカル 野田賢史★(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 ボクシングフィジカル 野田賢史★(無料体験)	9:00 ストレッチ&フィジカル 安藤★(無料体験)			9
10	10:00 ダイエットキック 堀★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 野田賢史★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 野田賢史★(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 堀★	11:00 超初心者ボクシング 野田賢史★	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 野田賢史★	11:00 超初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	12:00 open		11
12	12:00 有酸素キック無料体験 初回体験者限定(山岡)	12:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(野田)	12:00 有酸素キック無料体験 初回体験者限定(山岡)	12:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(野田)	12:00 有酸素キック無料体験 初回体験者限定(山岡)	12:10 初心者キックボクシング 藤井重★(無料体験)	12:10 初心者キックボクシング 山形★(無料体験)	12
13	13:00 ダイエットキック 堀★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 堀★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 堀★(無料体験)	13:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 藤井重★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山形★(無料体験)	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 堀★	14:00 超初心者キックボクシング 堀・野田★	14:00 超初心者キックボクシング 堀★	14:00 超初心者ボクシング 野田賢史★	14:00 超初心者キックボクシング 時岡★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 山形★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 堀★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 堀★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 堀★(無料体験)	15:00 ストレッチ&フィジカル 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 藤井重★(無料体験)	15:00 ダイエットキック 山形★(無料体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 堀★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 堀★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 堀★(無料体験)	16:00 ストレッチ 安藤★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 山形★(無料体験)	16
17	17:00 初心者キックボクシング 白石★(無料体験)	17:00 有酸素ダンス 安藤★(無料体験)	18:00 ベリーダンス yuie★	17:00 有酸素ダンス 安藤★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 時岡★	17:00 ボクシングテクニック 藤井重★★	17:00 キックテクニック 山形★★	17
18	18:00 初回体験者限定 白石★(超初心者キック)	18:00 初心者ダンス 安藤★(無料体験)	18:00 初心者ダンス 安藤★(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 初回体験者限定 藤井重★(超初心者キック)	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 超初心者ボクシング 堀池★(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 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 初心者キックボクシング 藤井重★(無料体験)			20
21	21:00 キックテクニック 白石★★	21:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	21:00 有酸素ダンス 安藤★(無料体験)	21:00 ストレッチ&フィジカル 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 フリー&ミット 白石★	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 堀池・安藤★	22:00 ダイエットキック 山岡・安藤★	22:00 フリー&ミット 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 3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 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★(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。 男性会員様は入店できません。		7				
8	8:00 ハタヨガ ありえ★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 漆館★ありえ(無料体験)	8:00 超初心者ボクシング 湯場★	8:00 超初心者ボクシング 湯場★	8:00 超初心者キックボクシング ハリイ★(無料体験)			8				
9	9:00 超初心者キックボクシング 山中★ありえ(無料体験)	9:00 ハタヨガ ありえ★漆館(無料体験)	9:00 ハタヨガ ありえ★湯場(無料体験)	9:00 ハタヨガ ありえ★湯場(無料体験)	9:00 ハタヨガ ありえ★ハリイ(無料体験)			9				
10	ヨガフロー ありえ★	ダイエットキック 山中★	ヨガフロー ありえ★	ダイエットキック 漆館★(体験)	ヨガフロー ありえ★			ダイエットキック ハリイ★(体験)	10			
11	17:00 初心者キックボクシング 山中★	11:00 ヨガフロー ありえ★漆館(無料体験)	11:00 超初心者ボクシング 湯場★	11:00 ヨガフロー ありえ★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング ハリイ★			12:00 open		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 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 超初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	12:10 超初心者ボクシング 菅★(無料体験)	12		
13	ダイエットキック 山中★	ダンス初心者 香子★	13:00 ダイエットキック 漆館★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 漆館★(無料体験)	13:00 ハタヨガ ありえ★(無料体験)			13:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	ハタヨガ ありえ★	ダイエットキック 漆館★(体験)	13:00 ダイエットボクシング 菅★(無料体験)	13
14	14:00 K-POPダンス 香子★山中(無料体験)	14:00 ヨガフロー ありえ★(無料体験)	14:00 K-POPダンス 香子★漆館(無料体験)	14:00 K-POPダンス 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 ヨガフロー ありえ★漆館(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 菅★(無料体験)	14		
15	15:00 初心者キックボクシング 山中★香子(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 市川★	15:00 超初心者キックボクシング 漆館★香子(無料体験)	15:00 ヨガフロー ありえ★(無料体験)	15:00 ストレッチ&フィジカ 安藤★(無料体験)			ハタヨガ ありえ★	ダイエットキック 漆館★	15:00 ダイエットボクシング 菅★(無料体験)	15	
16	16:00 ダンス初心者 香子★山中(無料体験)	16:00 ダイエットキック 市川★(無料体験)	16:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)	超初心者 ボクシング 菅★(体験)	ダンス初心者 香子★			16:00 ダイエットキック ハリイ★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 菅★(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 市川★	17:00 K-POPダンス 香子★	ダイエット ボクシング 菅★	K-POPダンス 香子★	17:00 超初心者キックボクシング ハリイ★	17:00 初心者キックボクシング 漆館★	17:00 ダイエットボクシング 菅★	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 工藤洋平★(無料体験)	超初心者キック 中村剣★(体験)	振付マスター 香子★	超初心者キック 尾崎★(体験)	振付マスター 香子★	19:00 超初心者ボクシング 菅★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 中村剣★(無料体験)	19				
20	初心者キック 工藤洋平★	ピラティス Nami★(体験)	初心者キック 中村剣★	K-POPダンス 香子★	初心者キック 尾崎★	K-POPダンス 香子★	20:00 ダイエットボクシング 菅★	20:00 ダイエットキック 中村剣★	20			
21	21:00 体幹トレーニング(HIT) Nami★工藤洋平(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 尾崎★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 中村剣★(無料体験)	※ハタヨガ:一つ一つのポーズをゆっくり丁寧に練習します。 ※ヨガフロー:呼吸に合わせて、ポーズからポーズへ動いていきます。		21				
22	初心者 ボクシング 工藤洋平★	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 尾崎★	22:00 ダイエットボクシング 菅★			22:00 ダイエットキック 中村剣★	22			
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23				



★ファイトフィット錦糸町 3月時間割★

2019年2月20日オープン！JR「錦糸町駅」徒歩3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 飯野★(無料体験)	7:10 モーニングキック 飯野★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 塚原★(無料体験)	7:10 モーニングキック 飯野★(無料体験)	7:10 モーニングキック 飯野★(無料体験)			7	
8	8:00 初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 塚原★	8:00 初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)			8	
9	9:00 超初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)			9	
10	10:00 ダイエットキック 飯野★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 飯野★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 飯野★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 飯野★(無料体験)			10	
11	11:00 超初心者キックボクシング 飯野★	11:00 超初心者キックボクシング 飯野★	11:00 超初心者ボクシング 塚原★	11:00 超初心者キックボクシング 飯野★	11:00 超初心者キックボクシング 飯野★	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 超初心者キックボクシング 宮田・久保★(無料体験)	12:10 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	12	
13	13:00 ダイエットキック 飯野★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 飯野★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 飯野★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 飯野・宮田★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 宮田・久保★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	13	
14	14:00 超初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 飯野★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 飯野・宮田★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 宮田・久保★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	14	
15	15:00 初心者キックボクシング 宮田★	15:00 初心者キックボクシング 宮田★	15:00 初心者ボクシング 塚原★	15:00 初心者ボクシング 塚原★	15:00 初心者ボクシング 塚原・宮田★	15:00 初心者キックボクシング 宮田・久保★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	15	
16	16:00 ダイエットキック 宮田★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 宮田★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 塚原・宮田★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 宮田・久保★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 塚原★(無料体験)	16	
17	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(宮田)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(宮田)	17:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(塚原)	17:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(塚原)	17:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(塚原・宮田)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(宮田・久保)	17:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(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 超初心者キックボクシング 清水★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 宮田★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 宮田★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 宮田・塚原★(無料体験)			19	
20	20:00 初心者キックボクシング 清水★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 宮田★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 宮田★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 宮田・塚原★(無料体験)			20	
21	21:00 超初心者キックボクシング 清水★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 宮田★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 宮田★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 宮田・塚原★(無料体験)			21	
22	22:00 ダイエットキック 清水★	22:00 ダイエットキック 宮田★	22:00 ダイエットキック 宮田★	22:00 ダイエットボクシング 塚原★	22:00 ダイエットボクシング 宮田・塚原★			22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイトフィット新橋 3月時間割★

2019年3月3日オープン！「新橋駅」b1出口すぐ！！
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 岩淵★(無料体験)	7:10 モーニングキック 澤泉★(無料体験)	7:10 モーニングキック 澤泉★(無料体験)	7:10 モーニングキック 澤泉★(無料体験)	7:10 モーニングキック 澤泉★(無料体験)			7
8	8:00 初心者キックボクシング 岩淵★	8:00 初心者キックボクシング 澤泉★	8:00 初心者キックボクシング 澤泉★	8:00 初心者キックボクシング 澤泉★	8:00 初心者キックボクシング 澤泉★			8
9	9:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 澤泉★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 澤泉★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 澤泉★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 澤泉★(無料体験)			9
10	10:00 ダイエットキック 岩淵★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 澤泉★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 澤泉★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 澤泉★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 澤泉★(無料体験)			10
11	11:00 超初心者キックボクシング 岩淵★	11:00 超初心者キックボクシング 澤泉★	11:00 超初心者キックボクシング 澤泉★	11:00 超初心者キックボクシング 澤泉★	11:00 超初心者キックボクシング 澤泉★	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	12:10 初心者キックボクシング 澤泉★(無料体験)	12:10 初心者キックボクシング 澤泉★(無料体験)	12				
13	13:00 ダイエットキック 岩淵★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 澤泉★(無料体験)	13					
14	14:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 澤泉★(無料体験)	14					
15	15:00 初心者キックボクシング 岩淵★	15:00 初心者キックボクシング 澤泉★	15					
16	16:00 ダイエットキック 岩淵★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 澤泉★(無料体験)	16					
17	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(岩淵)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(澤泉)	17					
18	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 小寺★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)			19
20	20:00 初心者キックボクシング 小寺★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)			20
21	21:00 超初心者キックボクシング 小寺★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 岩淵★(無料体験)			21
22	22:00 ダイエットキック 小寺★	22:00 ダイエットキック 岩淵★	22:00 ダイエットキック 岩淵★	22:00 ダイエットキック 岩淵★	22:00 ダイエットキック 岩淵★			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23



★ファイティングラボ仙台 3月時間割★

JR「仙台駅」西口徒歩1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 大泉★	10:00 open	10:00 open	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 大泉★(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 大泉★			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 大泉★			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 大泉★			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 大泉★			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 高橋・大泉★(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 高橋・大泉★(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 小原★	18:00 ダイエットキック 鈴木★	18				
19	初心者キック 小原★	超初心者キック 安齋★(体験)	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 小原・鈴木★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 鈴木・高橋★(無料体験)	19		
20	超初心者キック 小原★(体験)	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★ (体験)	柔術・寝技 初心者 安齋★	20:00 初心者キックボクシング 小原・鈴木★(無料体験)	超初心者 キック 鈴木★	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★ (体験)	柔術・寝技 スパー 安齋★★	21:00 ダイエットキック 鈴木★	ダイエットキック 鈴木★	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 鈴木★	22:00 超初心者キックボクシング 鈴木・高橋★	22				
23	22:50 クラス終了 23:00 close						23			