



★トイカツグラップリング東中野 5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	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 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)	寝技スーパー 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 村越★(無料体験)	11:00 柔術初心者 寒河江・國金★(無料体験)	11:00 柔術スーパー ジョン・寒河江★★	11:00 寝技初心者 佐野★(無料体験)	柔術初心者 寒河江★(体験) 日常英会話 イブ★	11
12	12:00 寝技スーパー 千葉皓敬★★	12:00 寝技スーパー 村越★★	12:00 柔術スーパー 寒河江・國金★★	12:00 寝技初心者 ジョン・寒河江★(無料体験)	12:00 寝技スーパー 佐野★★	12:00 柔術スーパー 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 村越★(無料体験)	13:00 寝技スーパー 寒河江・國金★★	13:00 グラップリングスーパー ジョン・寒河江★★★(出稽古無料)	13:00 寝技初心者 佐野★(無料体験)	13:00 初級グラップリング 門脇★	13
14	14:00 寝技初心者 千葉皓敬★(無料体験)	14:00 グラップリングスーパー 村越★★★(出稽古無料)	14:00 オープンマット 寒河江・國金★	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 グラップリングスーパー 寒河江★★★	14
15	15:00 close	15:00 close	15:00 close	15:00 close	15:00 close	15:00 寝技テクニック 青野★	15
16						15:50クラス終了 16:00 close	16
17							17
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★(無料体験)	※オープンマットは、 インストラクター に分からない所を聞い たり、 員さん同士で打ち込 み等を 行うクラスです。	18
19	柔術スーパー ジョン・端★★ 初級英会話 レスティ★	寝技スーパー 木山★★ 初級英会話 レスティ★	柔術スーパー 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★	寝技スーパー 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) 寝技スーパー 端★★ 初級英会話 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 寒河江★(体験) 日常英会話 レスティ★	寝技スーパー 小金★★ レディース 寝技初級 東★ 初級英会話 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 寝技スーパー ジョン・端★★	21:00 柔術スーパー 木山★★	21:00 寝技スーパー 寒河江★★	21:00 総合クラス 小金★★★	21:00 柔術スーパー 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 寒河江★	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



★ブラジリアン柔術 高田馬場道場 5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、超初心者寝技 “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14:00or16:00~23:00 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								7		
8								8		
9	インストラクタースクールのため、 一般会員様は来店できません。					※選手練習時は 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。	※土曜日の指導員は、 時折別の指導員が担当します。 よろしくお願ひ致します。	9	
10									10	
11									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・森脇★★				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・森脇★★★	14:00 open			13		
14	14:10 超初心者柔術 児玉★	キックプロ練習スパ 津崎・浩太郎★★★	14:10 超初心者柔術 児玉★	キックプロ練習スパ ビー・森脇★★★	14:10 超初心者柔術 児玉★			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 超初心者寝技 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★	柔術テクニック 児玉★	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★	17:00 超初心者柔術 児玉★(無料体験)	17:00 寝技テクニック 千葉★	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 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・児玉(体験)	超柔術初心者 児玉★(体験)	レディース柔術 北野★	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 柔術初心者 小島★	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★	超柔術初心者 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 柔術初心者 三浦★(無料体験)	20:00 超柔術初心者 小島★	20:00 柔術テクニック 今成★	20
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)	柔術テクニック 岡市★	レディース フィジカル 岡部★	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 小島★★	21:00 柔術スパリング 今成・児玉★★	21	
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★	22:00 総合クラス 久松★★★	22:00 レディースフィジカル 岡部★	21:50クラス終了 22:00 close	22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23	



★西日暮里ストライキング 5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 ギャオス★	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 小林★	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 ギャオス★(無料体験)	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 小林★	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 ギャオス★(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 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)			9:10 無料体験者限定 超初心者キック(小林&ギャオス)	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 ギャオス★(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 小林★	10:00 初心者キックボクシング 小林★	初心者キック 小林★	ダイエットキック ギャオス★	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 ギャオス★	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 小林★	11:00 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 ギャオス★	キックボクシング 小林★	ダイエットキック 大谷★(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 グループミット 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 近藤 明広★(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 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 漆原★(無料体験)	13:00 コアトレ&キック ギャオス★	ディフェンス 小林★	キックボクシング 浩太郎★	13	
14	14:00 超初心者ボクシング 近藤 明広★(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)	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 漆原★(無料体験)	グループミット 小林★	超初心者キック ギャオス★(体験)	キック マッスパー 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 近藤 明広★(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)	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 漆原★(無料体験)	キックテクニク 小林★★	初心者キック ギャオス★	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 超初心者ボクシング 近藤 明広★(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)	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 漆原★(無料体験)	初心者キック 小林★	キック マッスパー ギャオス★★	初心者キック 小林&浩太郎★ (体験)	フィジカル &ミット 大門★	16
17	17:00 初心者ボクシング 近藤 明広★(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 漆原★(無料体験)	初心者キック 小林★	超初心者キック ギャオス★	17:00 キックボクシング 小林★	17	
18	18:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 漆原★	18:00 ダイエットキック ギャオス★	18:00 ダイエットボクシング 山口温志★	18:00 ダイエットキック ★	18:00 close		17:30 キック選手クラス 小林★★★ ※フリー練習可能	18	
19	初心者 ボクシング 近藤★(体験)	グループキック 漆原★	ヒップアップ トレーニング 山口★	超初心者キック 漆原★(体験)	超初心者キック ギャオス★(体験)	フィジカル 山口 温志★	グループボクシング 山口★(体験)	グループキック 漆原★	19:00 close ※日曜の選手練習は、 遅れてご参加する場合、 前もって西日暮里まで ご連絡下さい。	19
20	ボクシング テクニク 近藤★	超初心者キック 漆原★(体験)	初心者 ボクシング 山口★(体験)	グループキック 漆原★	グループキック ギャオス★	初心者 ボクシング 山口★(体験)	グループボクシング 山口★(体験)	グループキック 漆原★	20	
21	初心者 ボクシング 近藤★	キックマッスパー 漆原★★	初心者 ボクシング 山口 温志★	キックマッスパー 漆原★★	キックボクシング ギャオス★	キック マッスパー 山口★★	初心者 ボクシング 山口 温志★	キック マッスパー ギャオス★★	※スパarring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。 ※力任せな攻撃を行う場合や、 インストラクターの指示に従わない場合、 参加をお断りする場合がございます。	21
22	キックボクシング 漆原&近藤★	首相撲 漆原★★	キックボクシング 漆原&山口★	首相撲 漆原★★	22:00 キックボクシング ギャオス&山口★	22:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	22:00 キックボクシング 漆原★	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 5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★(無料体験)	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 ダイエットキック 浜田★	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 初心者キックボクシング 浜田★(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 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 ダイエットキック 浜田★	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 初心者キックボクシング 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)	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
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★	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
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 小谷崎・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 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 小谷崎・木内★(無料体験)	16:00 30分キックボクシング 木内★ 16:30 30分キックボクシング 木内★	16:00 30分キックボクシング 木内★ 16:30 30分キックボクシング 木内★	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 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 初心者キックボクシング 木内★	17:00 初心者キックボクシング 小谷崎・木内★	17:00 キックマススパー 木内★★	17:00 キックマススパー 木内★★	17
18	18:00 ダイエットボクシング 杉山★	18:00 ダイエットボクシング 杉山★	18:00 ダイエットキック 北村★(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 初心者ボクシング 杉山★(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 北村★	19:00 ダイエットキック 石谷★	19:00 初心者キックボクシング 小谷崎★	※スパarring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。		19
20	20:00 30分ボクシング 杉山★ 20:30 30分ボクシング 杉山★	30分ボクシング 杉山★ 30分ボクシング 杉山★	20:00 初心者キックボクシング 北村★(体験)	20:00 30分ボクシング 石谷★ 20:30 30分ボクシング 石谷★	20:00 30分キックボクシング 小谷崎★ 20:30 30分キックボクシング 小谷崎★			
21	21:00 初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 杉山★(体験)	21:00 初心者キックボクシング 北村★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	※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 参加を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。		21
22	22:00 マスボクシング 杉山★★	体幹トレーニング 杉山★	22:00 初心者キック 北村★(体験)	22:00 初心者キック&ストレッチ 北村★★	22:00 マスボクシング 石谷★★			
23	22:50クラス終了 23:00 close							23



★ファイトフィット田町芝浦 5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 漆館★	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 漆館★	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 漆館★	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★	9:10 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	超初心者キック 岡山★(体験)	フリー&ミット 中村晴海★	9	
10	10:00 ダイエットキック 浜田★	10:00 ダイエットキック 漆館★	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★	初心者 ボクシング 中村晴海★	フリー&ミット 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 漆館★	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★	ダイエットキッ ク 岡山★	フリー&ミット 中村晴海★	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 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★	初心者 ボクシング 中村晴海★	フリー&ミット 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 松本&小金★	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)	超初心者キック 岡山★(体験)	フリー&ミット 中村晴海★	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★	ダイエット ボクシング 中村晴海★	フリー&ミット 岡山★	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 松本&小金★	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 浜田★	16:00 30分キックボクシング 岡山★	16:30 30分キックボクシング 岡山★	ダイエットキッ ク 岡山★	フリー&ミット 中村晴海★	16
17	17:00 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★	初心者 ボクシング 中村晴海★	フリー&ミット 岡山★	17	
18	18:00 初心者キックボクシング 岡山★	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	19:00 ダイエットキック 岡山★	19:00 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★	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)	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 30分キックボクシング 岡山★	20:00 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 30分ボクシング 工藤洋平★	20:00 30分キックボクシング 岡山★	20:00 30分ボクシング 工藤洋平★			20	
21	21:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	21:00 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★	20:30 30分ボクシング 工藤洋平★	20:30 30分キックボクシング 岡山★	20:30 30分ボクシング 工藤洋平★			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	

※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。



★ファイトフィットガール目黒白金 5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)小		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)		※ファイトフィット目黒白金は、 女性専用店です。 男性会員様はご利用出来ません。 ご注意ください。	7	
8	8:00 ヨガ ありえ★(無料体験)		8:00 ヨガ ありえ★(無料体験)		8:00 超初心者キックボクシング 小松★ありえ(無料体験)		8:00 ヨガ ありえ★(無料体験)		8:00 超初心者ムエタイ ハリイ★ありえ(無料体験)			8	
9	9:00 超初心者キックボクシング 小森★(無料体験)アリエ		9:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★ありえ(無料体験)		9:00 ヨガ ありえ★小松(無料体験)		9:00 超初心者キックボクシング 工藤洋平★ありえ(無料体験)		9:00 ヨガ ありえ★ハリイ(無料体験)			9	
10	ヨガ ありえ★	初心者キック 小森★	ヨガ ありえ★	初心者キック 森貴慎★	ヨガ ありえ★	初心者キック 小松★	ヨガ ありえ★	初心者キック 工藤洋平★	ヨガ ありえ★	初心者キック ハリイ★		10	
11	ヨガ ありえ★	ダイエットキック 小森★	ヨガ ありえ★	ダイエットキック 森貴慎★	ヨガ ありえ★	ダイエットキック 小松★	ヨガ ありえ★	初心者 ボクシング 工藤洋平★	ヨガ ありえ★	ダイエットキック ハリイ★		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	
13	ダイエットキック 小森★	ダンス初心者 香子★	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 漆館★(無料体験)		13:00 初心者ボクシング 工藤洋平★(無料体験)		13:00 ダイエットキック ハリイ★			13:00 ダイエットキック 漆館★	13:00 ダイエットボクシング 菅★
14	超初心者キック 小森★(体験)	ダンス初心者 香子★	14:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★		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 超初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 菅★(無料体験)
15	15:00 初心者キックボクシング 小森★香子(体験)		15:00 初心者キックボクシング 北村★		15:00 超初心者キックボクシング 漆館★香子(無料体験)		15:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)		15:00 初心者キックボクシング ハリイ★			15:00 ダイエットキック 漆館★	15:00 ダイエットボクシング 菅★
16	16:00 ダンス初心者 香子★(無料体験)工藤		16:00 ダイエットキック 北村★(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★			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)
17	17:00 超初心者キックボクシング 工藤洋平★		17:00 超初心者キックボクシング 北村★		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★(無料体験)			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★
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		
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 岡山★(体験)	振付マスター 香子★	超初心者 ボクシング 菅★(体験)	ダンス初心者 香子★	19:00 超初心者キックボクシング 中村剣★(無料体験)		※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。	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★	20:00 ダイエットキック 岡山★		ダイエット ボクシング 菅★	K-POPダンス 香子★	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(HIIT) Nami★(無料体験)工藤洋平		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 岡山★(無料体験)		21:00 初心者ボクシング 菅★(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	
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 岡山★		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	



★ファイティングラボ五反田 5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 モーニングキック 小松★(無料体験)	7:10 モーニングキック 石谷★(無料体験)	7:10 モーニングキック 小松★(無料体験)	7:10 モーニングキック ★(無料体験)		
8	8:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 小松★(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 初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)		
9	9:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 小松★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	9:00 ダイエットキック 小松★(無料体験)	9:00 ダイエットキック ★(無料体験)		
10	10:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 小松★(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 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング ★(無料体験)		
11	11:00 初心者キックボクシング 石谷★	11:00 初心者キックボクシング 小松★	11:00 初心者キックボクシング 石谷★	11:00 初心者キックボクシング 小松★	11:00 初心者キックボクシング ★		
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	
13	13:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小松★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小松★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小松★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	初心者 ボクシング 近藤★	フリー&ミット ハリイ★
14	14:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	初心者キック ハリイ★(体験)	フリー&ミット 近藤★
15	15:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	15:00 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 ハリイ★
16	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 小松★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 小松★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 石谷★(無料体験)	キックマスパ ハリイ★	フリー&ミット 近藤★
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 小松★	17:00 超初心者キックボクシング 小松★	17:00 超初心者キックボクシング 石谷★	マスポクシング 近藤★★	フリー&ミット ハリイ★
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(和田)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(石谷)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(久保)	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	
19	初級 グループキック 中村剣★(体験)	フリー&ミット 佐々木★	初級 グループキック 石谷★(体験)	フリー&ミット 和田★	19:00 初級グループキック 石谷★	19:00 初級グループキック 久保★	19:00 初級グループキック 岡山★
20	ダイエット ボクシング 佐々木★	フリー&ミット 中村剣★	ダイエットキック 和田★	フリー&ミット 石谷★	20:00 ダイエットキック 石谷★	20:00 ダイエットキック 久保★	ダイエットキック 岡山★
21	ダイエットキック 中村剣★(体験)	フリー&ミット 佐々木★	初心者キック 石谷★(体験)	フリー&ミット 和田★	21:00 初心者キックボクシング 石谷★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 久保★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)
22	マスポクシング 佐々木★★	フリー&ミット 中村剣★	キックマスパ 和田★★	フリー&ミット 石谷★	22:00 キックマスパ 石谷★★	22:00 ダイエットキック 久保★	22:00 ヨガビギナー AMI・岡山★
23	22:50 クラス終了 23:00 close						

※スパ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
参加をお断りする場合がございますので
予めご了承ください。



★ファイトフィット北千住 5月時間割★

JR「北千住駅」徒歩6分！2019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～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 ベリーダンス yuie★(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 ベリーダンス yuie★(無料体験)			7				
8	8:00 ストレッチ&フィジカル 安藤★	8:00 初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	8:00 ストレッチ&フィジカル 安藤★			8				
9	9:00 ダイエットキック 中野★(体験)安藤	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 ダイエットキック ギャオス★(無料体験)安藤			9				
10	初心者キック 中野★(体験)	ストレッチ& フィジカル 安藤★	10:00 ダイエットキック 遠藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 遠藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 遠藤★(無料体験)	初心者キック ギャオス★(体験)	ストレッチ& フィジカル 安藤★	10				
11	11:00 超初心者キックボクシング 中野★安藤	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★	11:00 超初心者キックボクシング ギャオス★安藤	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 ボクシング無料体験 初回体験者優先(近藤)	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 初回体験者優先(近藤)	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 漆原★	初心者キック 中野★(体験)	初心者キック 田切★(体験)	グループキック ギャオス★	12		
13	13:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)中野	グループ ボクシング 近藤広明★	13:00 ダイエットキック 遠藤★(無料体験)	初心者 ボクシング 近藤★(体験)	グループキック 遠藤★	13:00 ベリーダンス yuie★(体験)ギャオス	初心者キック 漆原★(体験)	グループキック 中野★	グループキック 田切★	初心者キック ギャオス★ (体験)	13	
14	14:00 超初心者キックボクシング 中野★(無料体験)安藤	初心者 ボクシング 近藤★(体験)	グループキック 遠藤★	14:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	グループ ボクシング 近藤広明★	初心者キック 遠藤★(体験)	14:00 超初心者キックボクシング ギャオス★(体験)安藤	グループキック 漆原★	初心者キック 中野★(体験)	初心者キック 田切★(体験)	グループキック ギャオス★	14
15	初心者キック 中野★(体験)	ストレッチ& フィジカル 安藤★	15:00 初心者ボクシング 近藤★	15:00 初心者キックボクシング 漆原★	15:00 初心者ボクシング 近藤★	初心者キック ギャオス★ (体験)	ストレッチ& フィジカル 安藤★	初心者キック 漆原★(体験)	グループキック 中野★	グループキック 田切★	初心者キック ギャオス★ (体験)	15
16	16:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)中野	16:00 ダイエットボクシング 近藤 敏廣★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 漆原★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 近藤 敏廣★(無料体験)	16:00 ベリーダンス yuie★(体験)ギャオス	グループキック 漆原★	初心者キック 中野★(体験)	初心者キック 田切★(体験)	グループキック ギャオス★	16		
17	17:00 初心者キックボクシング 中野★	17:00 初心者ボクシング 近藤★	17:00 初心者キックボクシング 漆原★	17:00 初心者ボクシング 近藤★	17:00 初心者キックボクシング ギャオス★	初心者キック 漆原★	グループキック 中野★	グループキック 田切★	初心者キック ギャオス★	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	初心者 ボクシング カルロス★(体験)	グループキック 中野★	初心者 ボクシング カルロス★(体験)	グループキック ギャオス★	グループ ボクシング カルロス唯門★	初心者キック 漆原★(体験)	グループ ボクシング 近藤明広★	初心者 ボクシング カルロス★(体験)	グループ ボクシング カルロス唯門★	初心者キック ギャオス★ (体験)	19	
20	グループ ボクシング カルロス唯門★	初心者キック 中野★(体験)	グループ ボクシング 近藤明広★	初心者キック ギャオス★ (体験)	初心者 ボクシング カルロス★(体験)	グループキック 漆原★	グループ ボクシング 近藤★(体験)	グループ ボクシング カルロス唯門★	初心者 ボクシング カルロス★(体験)	グループキック ギャオス★	20	
21	初心者 ボクシング カルロス★(体験)	グループキック 中野★	初心者 ボクシング 近藤★(体験)	グループキック ギャオス★	グループ ボクシング カルロス唯門★	初心者キック 漆原★(体験)	グループ ボクシング 近藤明広★	初心者 ボクシング カルロス★(体験)	グループ ボクシング カルロス唯門★	初心者キック ギャオス★ (体験)	21	
22	初心者 ボクシング 大谷唯門★	初心者キック 中野★(体験)	初心者 ボクシング 近藤明広★	初心者キック ギャオス★	初心者 ボクシング 大谷唯門★	初心者キック 漆原★	初心者 ボクシング 近藤明広★	初心者 ボクシング 大谷★	初心者 ボクシング 大谷唯門★	初心者キック ギャオス★	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 5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 モーニングボクシング 管★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 昇侍★	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 初心者ボクシング 管★(無料体験)	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 超初心者ボクシング 管★	9:00 初心者キックボクシング 昇侍★	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 初心者ボクシング 管★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 昇侍★(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)	10:00 open		10:00 初心者ボクシング 近藤 敏展★(無料体験)	10	
11	11:00 超初心者ボクシング 管★	11:00 初心者キックボクシング 昇侍★	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 小森★	11:00 超初心者ボクシング 近藤 敏展★	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 小森★		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 芹澤★	13:00 初心者キックボクシング 昇侍★	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★&小森★		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 芹澤★	14:00 初心者キックボクシング 昇侍★	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★	フリー&ミット 有馬★	グループキック 小森★	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 芹澤★(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★(無料体験)	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 芹澤★(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 芹澤★	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 初心者キックボクシング ★芹澤	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 田村★	18:00 初心者キックボクシング 芹澤★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close			18	
19	グループ ボクシング 吉越★	初心者 ボクシング 林★(体験)	19:00 初心者キックボクシング 岩見★(無料体験)	初心者キック 芹澤★	初心者キック 雑賀★(体験)	初心者 ボクシング 林★	グループキック 田村★	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 吉越★	グループ ボクシング 林★	初心者キック 岩見★	グループキック 芹澤★	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 田村★	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 吉越★	初心者 ボクシング 林★	グループキック 岩見★	初心者キック 芹澤★(体験)	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 田村★(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 吉越★	初心者 ボクシング 林★	22:00 初心者キックボクシング 岩見★(無料体験)	初心者 ボクシング 芹澤★	初心者キック 雑賀★	初心者 ボクシング 林★	初心者キック 田村★	22:00 初心者キックボクシング 小森★(無料体験)		22
23	22:50 クラス終了 23:00 close									23



★ファイトフィット六本木ステーション 5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 モーニングキック 小松★(無料体験)	7:10 モーニングキック 岩佐★(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)	9:00 open		7
8	8:00 初心者キックボクシング 小松★	8:00 初心者キックボクシング 岩佐★	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 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 岩佐★(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)
10	10:00 ダイエットキック 小松★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 岩佐★(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 超初心者キックボクシング 小松★	11:00 超初心者キックボクシング 岩佐★	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 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(岩佐&小松)	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 小松★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 岩佐★(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 山中★(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★岩佐&小松	13:00 ダイエットキック 山中★岩佐	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 岩佐★(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★岩佐&小松	14:00 超初心者キックボクシング 山中★岩佐	14
15	15:00 初心者キックボクシング 小松★	15:00 初心者キックボクシング 岩佐★	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 小椋★	15:00 初心者キックボクシング 岩佐&小松★	15:00 初心者キックボクシング 岩佐★	15
16	16:00 ダイエットキック 小椋★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 岩見★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 小森★(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 小椋★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 岩佐&小松★	16:00 ダイエットキック 岩佐★	16
17	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小椋)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(岩見)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小森)	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(小椋)	17:00 超初心者キックボクシング 岩佐&小松★	17:00 超初心者キックボクシング ★岩佐	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 小森★(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 小椋★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 岩見★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 高★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 浦辺&芹澤★高(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小椋★高(無料体験)			19
20	20:00 初心者キックボクシング 小椋★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 岩見★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 小森★高(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 浦辺&芹澤★高(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 小椋★高(無料体験)			20
21	21:00 超初心者キックボクシング 小椋★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 岩見★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 小森★高(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 浦辺&芹澤★高(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 小椋★高(無料体験)			21
22	22:00 ダイエットキック 小椋★	22:00 ダイエットキック 岩見★	22:00 ダイエットキック 小森★高	22:00 ダイエットキック 浦辺&芹澤★高	22:00 ダイエットキック 小椋★高			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23



★ファイトフィット渋谷宇田川町 5月時間割★

JR「渋谷駅」から徒歩5分！2019年4月3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 岩重★	7:10 モーニングキック 岩重★	7:10 モーニングキック 岩重★	7:10 モーニングキック 岩重★	7:10 モーニングキック 岩重&時岡★(無料体験)	9:00 open		7	
8	8:00 初心者キックボクシング 岩重★	8:00 初心者キックボクシング 岩重★	8:00 初心者キックボクシング 岩重★	8:00 初心者キックボクシング 岩重★	8:00 初心者キックボクシング 岩重&時岡★			8	
9	9:00 超初心者キックボクシング 岩重★	9:00 超初心者キックボクシング 岩重★	9:00 超初心者キックボクシング 岩重★	9:00 超初心者キックボクシング 岩重★	9:00 超初心者キックボクシング 岩重&時岡★			9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(藤井重)	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(藤井重)
10	10:00 ダイエットキック 岩重★	10:00 ダイエットキック 岩重★	10:00 ダイエットキック 岩重★	10:00 ダイエットキック 岩重★	10:00 ダイエットキック 岩重&時岡★(無料体験)	超初心者キック 松田★(体験)	フリー&ミット 藤井★	10:00 ダイエットボクシング 藤井重★(無料体験)	10
11	11:00 超初心者キックボクシング 岩重★	11:00 超初心者キックボクシング 岩重★	11:00 超初心者キックボクシング 岩重★	11:00 超初心者キックボクシング 岩重★	11:00 超初心者キックボクシング 岩重&時岡★	超初心者 ボクシング 藤井★(体験)	フリー&ミット 松田★	11:00 超初心者キックボクシング 藤井重★	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 岩重★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 岩重★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 岩重★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 岩重★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 岩重&時岡★(無料体験)	初心者キック 松田★(体験)	フリー&ミット 藤井★	13:00 ダイエットキック 藤井重★	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 岩重★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 岩重★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 岩重★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 岩重★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 岩重&時岡★(無料体験)	初心者 ボクシング 藤井★	フリー&ミット 松田★	14:00 超初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 岩重★	15:00 初心者キックボクシング 岩重★	15:00 初心者キックボクシング 岩重★	15:00 初心者キックボクシング 岩重★	15:00 初心者キックボクシング 岩重&時岡★	ダイエットキック 松田★(体験)	フリー&ミット 藤井★	15:00 初心者キックボクシング 藤井重★	15
16	16:00 ダイエットキック 藤井重★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 藤井重★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 岩重★	16:00 ダイエットキック 藤井重★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	ダイエット ボクシング 藤井★(体験)	フリー&ミット 松田★	13:00 ダイエットボクシング 藤井重★(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(藤井重)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(藤井重)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(岩見)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(藤井重)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(時岡)	17:00 サーキットボクシン JOE&藤井★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 藤井重★	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 超初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 久保★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 岩見★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 藤井重★(無料体験)	19:00 初心者ボクシング 藤井重★(無料体験)	※サーキットボクシングの時間は、 フリートレーニングは出来ません。 ご理解ご協力お願いします。		19	
20	20:00 有酸素キック 藤井重★	20:00 初心者キックボクシング 久保★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 岩見★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 藤井重★(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 超初心者キックボクシング 藤井重★(無料体験)	フィジカル 久保★	21:00 超初心者キックボクシング 岩見★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 藤井重★(無料体験)	21:00 ダイエットボクシング 藤井重★(無料体験)			21	
22	22:00 ダイエットボクシング 藤井重★(無料体験)	フリー&ミット 久保★	22:00 ダイエットキック 岩見★	22:00 フリー&ミット 藤井重★	22:00 ダイエットキック 藤井重★			22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23	



★ファイトフィット自由が丘 5月時間割★

「自由が丘駅」から徒歩5分！2019年4月7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

7	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 吉田幸司★(無料体験)	7:10 モーニングキック 吉田幸司★(無料体験)	7:10 モーニングキック 吉田幸司★(無料体験)	7:10 モーニングキック 吉田幸司★(無料体験)	7:10 モーニングキック 吉田幸司★(無料体験)			
	8:00 初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)			
	9:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)			
	10:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)			
	11:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★	11:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★	11:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★	11:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★	11:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★	12:00 open		
	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(秋山)	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(北村)	
	13:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 吉田幸司★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 秋山	13:00 ダイエットキック 北村★(無料体験)	
	14:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 吉田幸司★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 秋山★	14:00 超初心者キックボクシング 北村★(無料体験)	
	15:00 初心者キックボクシング 北村★	15:00 初心者キックボクシング 照井★	15:00 初心者ボクシング 秋山★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 北村★	15:00 初心者キックボクシング 北村★	15:00 初心者ボクシング 秋山★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 北村★(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 照井★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 秋山	16:00 ダイエットキック 北村★	16:00 ダイエットキック 北村★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 秋山	16:00 ダイエットキック 北村★(無料体験)	
	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(北村)	17:00 ヨガ LINA★(無料体験) 照井	17:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(秋山)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(北村)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(北村)	17:00 超初心者ボクシング 秋山★	17:00 超初心者キックボクシング 北村★	
	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		
	19:00 超初心者キックボクシング 北村★	19:00 超初心者キックボクシング 照井★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 秋山★	19:00 超初心者キックボクシング 北村★	19:00 超初心者キックボクシング 北村★(無料体験)			
	20:00 初心者キックボクシング 北村★	20:00 初心者キックボクシング 照井★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 秋山★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 北村★	20:00 初心者キックボクシング 北村★(無料体験)			
	21:00 超初心者キックボクシング 北村★	21:00 超初心者キックボクシング 照井★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 秋山★	21:00 超初心者キックボクシング 北村★	21:00 超初心者キックボクシング 北村★(無料体験)			
	22:00 ダイエットキック 北村★	22:00 ダイエットキック 照井★	22:00 ダイエットボクシング 秋山	22:00 ダイエットキック 北村★	22:00 ダイエットキック 北村★			
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23

※火曜、ヨガの時間は、
フリートレーニングは出来ません。
ご理解ご協力お願いします。



★ファイトフィット新宿 5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 モーニングボクシング 出田★	7:10 モーニングキック 馬詰★	7:10 モーニングキック 馬詰★	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 ボクシング 出田★	8:00 キックボクシング 馬詰★	8:00 キックボクシング 馬詰★	8:00 初心者キックボクシング 石戸谷★(無料体験)	8:00 テコンドーキック 並木★			8		
9	9:00 超初心者ボクシング 出田★	9:00 超初心者キックボクシング 馬詰★	9:00 超初心者キックボクシング 馬詰★	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 ダイエットボクシング 出田★	10:00 ダイエットキック 馬詰★	10:00 ダイエットキック 馬詰★	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		
						12:00 open 12:10クラス開始				
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 馬詰★	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)	ダイエットキック 野口貴彦★	13:00 ダイエットボクシング 箕浦★(体験)	13	
14	14:00 ダイエットキック 馬詰★	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★	超初心者キック 野口貴彦★	14:00 初心者ボクシング 箕浦★	14	
15	15:00 初心者キックボクシング 馬詰★	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 馬詰★	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 富田★	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★	16	
17	17:00 超初心者キックボクシング 馬詰★	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 富田★	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 馬詰★	18:00 ダイエットキック 吉田貴広★	18:00 初心者ボクシング 濱道★(無料体験)	ダイエットキック 大貫★(体験)	フリー&ミット 富田★	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 ボクシング 横田★	初級フィジカル 杉本★	初心者 ボクシング 菅★	初級フィジカル 杉本★	フリー&ミット 大貫★	超初心者 キック 富田★	※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	超初心者 ボクシング 横田★(体験)	中級 フィジカル 杉本★	ダイエット ボクシング 菅★	中級フィジカル 杉本★	ダイエットキック 大貫★	フリー&ミット 富田★			20:00 初心者ボクシング 菅★	20
21	21:00 初心者ボクシング 横田★	21:00 初心者キックボクシング 中桐★	21:00 超初心者ボクシング 菅★	フリー&ミット 大貫★	超初心者 キック 富田★	21:00 ダイエットボクシング 菅★			21	
22	22:00 中級ボクシング 横田★★	22:00 キックテクニク 中桐★	22:00 初心者ボクシング 菅★	22:00 キックボクシング 大貫★	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 5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 富田★	10:00 open		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 富田★			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 富田★			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 富田★	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 富田★	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 ダイエットキック 時岡★	14:00 ダイエットキック 富田★	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★		15:00 ダイエットキック 富田★	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 平丸★	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 富田★	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 平丸★	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★	17:00 超初心者キックボクシング 富田★	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 ダイエットボクシング 平丸★(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 森光★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 中桐★	18:00 ダイエットキック 平丸★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18				
19	中級者 ボクシング 平丸★★	ダイエットキック 吉田・小野寺★	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★	ダイエットキック 石橋★	超初心者キック 中桐★(体験)	初心者キック 吉田 貴広★	初心者キック 平丸★	超初心者 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	ショート寝技 平丸★	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★	ダイエットキック 吉田貴広★	中級者キック 平丸★★	超初心者 ボクシング 森光★(体験)		20
21	21:00 超初心者キックボクシング 吉田・小野寺★	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 吉田 貴広★	ダイエットキック 平丸★(体験)	21:00 初心者 ボクシング 森光★	21		
22	22:00 ダイエットキック 吉田・小野寺★	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★	ダイエットキック 吉田貴広★	中級者キック 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。

※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。



★ファイトフィット新宿歌舞伎町 5月時間割★

JR「新宿駅」徒歩5分！2019年5月オープン！！
 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 尾崎★	7:10 モーニングキック 高田★	7:10 モーニングキック 安田★	7:10 モーニングキック 安田★	7:10 モーニングキック 伊藤麗★				7
8	8:00 グループキック 尾崎★	8:00 グループキック 高田★	8:00 グループキック 安田★	8:00 グループキック 安田★	8:00 グループキック 伊藤麗★	9:00 open			8
9	9:00 超初心者キック 尾崎★(無料体験)	9:00 超初心者キック 高田★(無料体験)	9:00 超初心者キック 安田★(無料体験)	9:00 超初心者キック 光畑★(無料体験)	9:00 超初心者キック 伊藤麗★(無料体験)	9:10 キック無料体験 初回体験者限定(田村)		9:10 キック無料体験 初回体験者限定(尾崎)	9
10	10:00 ダイエットキック 尾崎★	10:00 ダイエットキック 高田★	10:00 ダイエットキック 安田★	10:00 ダイエットキック 光畑★	10:00 ダイエットキック 伊藤麗★	ダイエットキック 田村★	フリー&ミット 尾崎★	10:00 ダイエットキック 尾崎★	10
11	11:00 超初心者キック 尾崎★	11:00 ダイエットフィジカル 高田★	11:00 超初心者キック 安田★	11:00 超初心者キック 光畑★	11:00 超初心者キック 伊藤麗★	11:00 超初心者キック 尾崎★		11:00 超初心者キック 尾崎★	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 レディースボクシング 豊崎★(無料体験)	13:00 レディースキック 豊崎★(無料体験)	13:00 レディースキック 光畑★(無料体験)	13:00 レディースキック 光畑★(無料体験)	13:00 レディースボクシング 林★(無料体験)	13:00 レディースキック 尾崎★(無料体験)		13:00 レディースキック 尾崎★(無料体験)	13
14	14:00 超初心者ボクシング 豊崎★(無料体験)	14:00 超初心者キック 豊崎★(無料体験)	14:00 超初心者キック 光畑★(無料体験)	14:00 超初心者キック 光畑★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 林★(無料体験)	14:00 超初心者キック 尾崎★(無料体験)		14:00 超初心者キック 尾崎★(無料体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 豊崎★	15:00 初心者キックボクシング 豊崎★	15:00 初心者キックボクシング 光畑★	15:00 初心者キックボクシング 光畑★	15:00 フィジカル&ボクシング 林★	15:00 初心者キックボクシング 尾崎★		15:00 初心者キックボクシング 尾崎★	15
16	16:00 ダイエットボクシング 豊崎★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 豊崎★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 光畑★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 戸井田大輝★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 林★(無料体験)	ダイエットキック 田村★	フリー&ミット 尾崎★	16:00 ダイエットキック 尾崎★(無料体験)	16
17	17:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(豊崎)	17:00 キック無料体験 初回体験者限定(豊崎)	17:00 キック無料体験 初回体験者限定(光畑)	17:00 キック無料体験 初回体験者限定(戸井田)	17:00 キック無料体験 初回体験者限定(尾崎)	グループキック 田村★	フリー&ミット 尾崎★	17:00 フリー&ミット 尾崎★	17
18	18:00 初心者キックボクシング 高★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 高★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 尾崎★(無料体験)	初心者キック 戸井田★	初心者 ボクシング 波田★	17:50クラス終了 18:00close			18
19	19:00 超初心者キック 高★(無料体験)	19:00 超初心者キック 高★(無料体験)	19:00 超初心者キック 尾崎★(無料体験)	超初心者 ボクシング 尾崎★	超初心者キック 尾崎★(体験)	フリー&ミット 尾崎 戸井田★			19
20	19:00 グループキック 高★(無料体験)	19:00 グループキック 高★(無料体験)	19:00 グループキック 尾崎★(無料体験)	グループキック 戸井田★(体験)	グループ ボクシング 波田(体験)				20
21	21:00 ダイエットキック 高★(無料体験)	21:00 ダイエットキック 高★	21:00 ダイエットキック 尾崎★(無料体験)	ダイエット ボクシング 尾崎★(体験)	ダイエット キック 尾崎★				21
22	23:00 フリー&ミット 高★	23:00 フリー&ミット 高★	23:00 フリー&ミット 尾崎★	23:00 フリー&ミット 戸井田大輝★	23:00 フリー&ミット 波田★				22
23									23



★ファイトフィット池袋東口 5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★(無料体験)	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 モーニングボクシング 谷本★(体験)	7:10 モーニングキック 野口貴彦★			7	
8	8:00 キックボクシング 時岡★	8:00 初心者ボクシング 出田★	8:00 初心者ボクシング 野口貴彦★	8:00 初心者ボクシング 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★(無料体験)	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 超初心者ボクシング 箕浦★(体験)	9	
10	10:00 ダイエットキック 時岡★	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★	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★	10:00 初心者ボクシング 関根★	10:00 有酸素ボクシング 照井★	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 超初心者ボクシング 関根★	11:00 ダイエットキック 照井★	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)	超初心者キック 照井★	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 菅★	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★	超寝技初心者 大野★	ダイエットキック 照井★	超初心者総合 大野★	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 菅★	14:00 ダイエットボクシング 野口貴彦★	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★	超初心者総合 大野★	15:00 初心者キックボクシング 大野★	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 菅★	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 者ボクシング 関根★	15:00 超初心者キックボクシング 照井★(体験)	15	
16	16:00 キックボクシング 時岡★	16:00 初心者ボクシング 菅★	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★	フリー&ミット 関根★	16:00 ダイエットキック 照井★	16	
17	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 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 野口貴彦★	17:00 初心者 ボクシング 関根★	17:00 初心者キックボクシング 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★(体験)	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★(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)	超寝技初心者 大野★	初心者キック 森脇★	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★	超寝技 初心者 大野★	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 森脇★(体験)	初心者 ボクシング 菅★	護身術 児玉★	超初心者 総合 大野★	20:00 ショートボクシング 箕浦★ 20:30 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)	ショートボクシング 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★	ショートボクシング 大野★	21:00 ダイエットボクシング 箕浦★(体験)	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★	22:00 超初心者ボクシング 箕浦★	22:00 超初心者ボクシング 箕浦★	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。

※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西口5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 モーニングボクシング 谷本★	7:10 モーニングキック 佐藤耀★	7:10 モーニングキック 佐藤耀★	7:10 モーニングキック 高田★	7:10 モーニングキック 田中峻★(無料体験)			7		
8	8:00 初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	8:00 キックボクシング 佐藤耀★	8:00 キックボクシング 佐藤耀★	8:00 キックボクシング 高田★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 田中峻★			8		
9	9:00 超初心者ボクシング 谷本★	9:00 超初心者キックボクシング 佐藤耀★	9:00 超初心者キックボクシング 佐藤耀★	9:00 超初心者キックボクシング 高田★	9:00 フィジカルサーキット 田中峻★			9		
10	10:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 佐藤耀★	10:00 ダイエットキック 佐藤耀★	10:00 ダイエットキック 高田★	10:00 ダイエットキック 田中峻★(無料体験)	10:00キック無料体験会 初回体験者限定(池田)		10		
11	11:00 ダイエットボクシング 谷本★	11:00 ダイエットキック 佐藤耀★	11:00 ダイエットキック 佐藤耀★	11:00 ダイエットキック 高田★	11:00 ダイエットキック 田中峻★	11:10 有酸素キック 池田進人★		11:00ボクシング無料体験 初回体験者限定(谷本)		
12	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 佐藤耀★	12:00 超初心者キックボクシング 佐藤耀★	12:00 超初心者キックボクシング 高田★(無料体験)	12:00 超初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	12:00 フリー&ミット 戸井田大・ 豊崎	12:10 初心者キック 光畑・上土井★	12		
13	13:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	13:00 ダイエットボクシング 豊崎★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	13:00 ダイエットボクシング 豊崎★(無料体験)			ダイエットキック 戸井田大★ (体験)	超初心者 ボクシング 谷本★(体験)	13
14	14:00 超初心者ボクシング 谷本★	14:00 ダイエットキック 伊藤麗★	14:00 超初心者ボクシング 豊崎★	14:00 ダイエットキック 伊藤麗★	14:00 超初心者ボクシング 豊崎★			ダイエット ボクシング 豊崎★(体験)	ダイエットキック 光畑・上土井★	14
15	15:00 初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★	15:00 初心者ボクシング 豊崎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★	15:00 初心者ボクシング 豊崎★(無料体験)			ダイエットキック 戸井田大★ (体験)	初心者 ボクシング 谷本★	15
16	16:00 ダイエットボクシング 谷本★	16:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★	16:00 ダイエットボクシング 豊崎★	16:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★	16:00 ダイエットボクシング 豊崎★			超初心者 ボクシング 豊崎★(体験)	ダイエットキック 光畑・上土井★	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	17:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	17:00 初心者ボクシング 豊崎★	17:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	17:00 初心者ボクシング 豊崎★	ダイエットキック 戸井田大★	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★	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 豊崎★(無料体験)	18:00 ダイエットボクシング 小山★(無料体験)	18:00 ダイエットボクシング 豊崎★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18		
19	19:00 初心者キック 伊藤麗★	19:00 初心者キック 上土井★	19:00 ダイエットキック 池田進人★	19:00 有酸素キック 池田★	19:00 超初心者キック 小松★	※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 の管理のもと行ってください。		19		
20	20:00 超初心者キック 伊藤麗★(体験)	20:00 超初心者キック 上土井★(体験)	20:00 有酸素キック 池田進人★	20:00 有酸素キック 池田★	20:00 超初心者キック 小松★	※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 初心者ボクシング 波田★	21:00 初心者ボクシング 小山★	21:00 ダイエットキック 合川★	21:00 初心者キック 池田★(体験)	21:00 初心者キック 小松★(体験)			21		
22	22:00 キックテクニク 合川★	22:00 キックテクニク 合川★	22:00 キックテクニク 合川★	22:00 キックテクニク 合川★	22:00 キックテクニク 合川★			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 5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 モーニングボクシング 田中一矢★	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 田中一矢★(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 田中一矢★(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 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 田中一矢★(無料体験)	10:00 初心者キック 佐藤広★(無料体験)			10
11	11:00 超初心者キック 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 キックマスパ 田中一矢★★	11:00 超初心者キック 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 キック無料体験 初回体験者限定(横田)	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	初心者キック 鈴木溪★	12:10 open	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 谷本★(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 田中一矢★(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 市川★(体験)	12:10 初心者キック 岡本★	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 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 ダイエットキック 田中一矢★(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 鈴木溪★★	超初心者キック 横田★(体験)	14
15	15:00 初心者キック 市川★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 谷本★	15:00 ボクシングマスパ 林★★(無料体験)	15:00 初心者キック 佐々木★(無料体験)	15:00 初心者キック 市川★(無料体験)	ダイエットキック 市川★	キック マスパ 岡本★★	15
16	16:00 初心者キック 市川★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 谷本★	16:00 初心者ボクシング 林★	16:00 初心者キック 佐々木★(無料体験)	16:00 初心者キック 市川★(無料体験)	初心者キック 鈴木溪★	ダイエット ボクシング 横田★(体験)	16
17	17:00 超初心者キック 市川★(無料体験)	17:00 超初心者キック 市川★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 林★	17:00 超初心者キック 佐々木★(無料体験)	17:00 超初心者キック 市川★(無料体験)	キック マスパ 市川★★	キック マスパ 岡本★★	17
18	18:00 超初心者キック 市川★(無料体験)	18:00 初心者キック 市川★(無料体験)	18:00 初心者ボクシング 林★	18:00 初心者キック 佐々木★(無料体験)	18:00 初心者キック 市川★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18
19	初心者フォームキック 市川★	超超超初心者キック 市川★	19:00 初心者ボクシング 横田★	19:00 超初心者キック 佐々木★(無料体験)	市川フィジカルキック 市川★★	※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。		19
20	ダイエット マスパ 市川★	ダイエット マスパ 市川★	初心者 ボクシング 横田★	20:00 初心者キック 佐々木★(無料体験)	ダイエットマスパ 市川★	※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 参加を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。		20
21	キック マスパ 市川★★	キック マスパ 市川★★	21:00 キック マスパ 横田★★	キック マスパ 佐々木康★★	21:00 キック マスパ 市川★★	※ダイエットマスパークラスはマウスピース、 膝当て不要です		21
22	フリー&ミット 市川★	フリー&ミット 市川★		初心者キック 佐々木★				22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23



★ファイティングラボ赤羽 5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★	7:10 モーニングキック 田中峻★	7:10 モーニングキック 田中峻★	7:10 モーニングキック 木山★	7:10 モーニングキック 森★			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★	8:00 初心者キックボクシング 田中峻★	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★	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 田中峻★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 木山★	9:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★			9	
10	10:00 ダイエットキック 佐々木康★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 田中峻★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 田中峻★	10:00 ダイエットキック 木山★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 森貴慎★(無料体験)			10	
11	11:00 キックマスパーリング 佐々木康★★	11:00 キックマスパーリング 田中峻★★	11:00 キックマスパーリング 田中峻★★	11:00 キックマスパーリング 木山★★	11:00 キックマスパーリング 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 超初心者キックボクシング 田中峻★	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 森脇★(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★	13:00 ダイエットキック 田中峻★	13:00 ダイエットキック 森貴慎★	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 森貴慎★	初心者キック 千葉明寛★	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 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 森貴慎★(無料体験)	超初心者キック 森脇★(体験)	有酸素ボクシング 佐々木★	14	
15	15:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★	15:00 超初心者キックボクシング 田中峻★	15:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★	ダイエットキック 千葉明寛★	超初心者キック 神山★ (無料体験)	15	
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 田中峻★	16:00 ダイエットキック 森貴慎★	16:00 ダイエットキック 田中峻★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 森脇★(無料体験)	キック マスパ 森脇★★	キック マスパ 佐々木康★★	16	
17	17:00 キックマスパーリング 森貴慎★★	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 森貴慎★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 田中峻★(無料体験)	17:00 キックマスパーリング 森脇★★	初心者キック 千葉明寛★	超初心者キック 神山★	17	
18	18:00 ヨガ ゆか★	18:00 超初心者キックボクシング 戸井田大★	18:00 初心者ボクシング 土井(佐々木)★	18:00 上級キック 田中峻★★★	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 ダイエットキック 森貴慎★(体験)	19:00 有酸素ボクシング 佐々木康★	19:00 ダイエットキック 森貴慎★(体験)	19:00 ダイエットキック 千葉★(体験)	19:00 超初心者キック 神山★(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	19:00 超初心者キック 森脇★	19:00 ダイエットキック 戸井田大★ (無料体験)	19:00 超初心者 ボクシング 土井(佐々木)★	19:00 超初心者キック 森脇★	19:00 ダイエットキック 森脇★(体験)	※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	19:00 キック マスパ 森貴慎★★	19:00 キック マスパ 佐々木康★★	19:00 フリー&ミット 森貴慎 佐々木康 土井	19:00 キック マスパ 千葉明寛★★	19:00 フリー&ミット 千葉明寛 森脇			21	
22	19:00 ダイエットキック 森脇★	19:00 初心者キック 戸井田大★	19:00 フリー&ミット 森貴慎 佐々木康 土井	19:00 初心者寝技 森脇★	19:00 初心者寝技 森脇★			22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイトフィット西川口 5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 トランポリン 渡邊真★	7:10 モーニングキック 田中一矢★	7:10 モーニングキック 千葉明寛★	7:10 トランポリン 渡邊真★	7:10 モーニングキック 千葉明寛★			7	
8	8:00 ボディメイク 渡邊真★	8:00 初心者キックボクシング 田中一矢★	8:00 初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	8:00 ボディメイク 渡邊真★	8:00 初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)			8	
9	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 田中一矢★	9:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★	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 千葉明寛★			9	
10	10:00 トランポリン 渡邊真・(池田)★	10:00 ダイエットキック 田中一矢★	10:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)	10:00 トランポリン 渡邊真・(池田)★	10:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)			10	
11	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 田中一矢★	11:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★	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 千葉明寛★	12:00 open		11	
12	12:00 トランポリン 渡邊真(池田)★	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 トランポリン 渡邊真★	12:00 初心者キックボクシング 千葉明寛★	12:00 初心者キックボクシング 田中一矢★	初心者キック 布施★(体験)	12:10	12
13	13:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 千葉明寛★(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 千葉皓敬★(無料体験)	ダイエットキック 布施★	ダイエットキック 布施★(体験)		13
14	14:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★(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 千葉皓敬★(無料体験)	有酸素キック 池田(体験)	トランポリン 渡邊真★	フリー&ミット 渡邊真・ 布施	14
15	15:00 初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 千葉明寛★(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 千葉皓敬★(無料体験)	ダイエットキック 田中★	フリー&ミット 田中一矢 池田	初心者キック 布施★(体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 千葉明寛★(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 千葉皓敬★(無料体験)	初心者キック 池田★(体験)	ダイエットキック 布施★(体験)		16
17	17:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 千葉明寛★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 森貴慎★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 千葉皓敬★(無料体験)	ダイエットキック 田中★	超初心者キック 布施★		17
18	18:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)	18:00 ヨガ ゆか★	18:00 ダイエットキック 千葉明寛★(無料体験)	18:00 ヨガ ゆか★	18:00 ダイエットキック 池田進人★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	19:00 初心者キックボクシング 千葉皓敬★(無料体験)	ダイエットキック 辻★(体験)	19:00 超初心者キック 千葉皓敬★(体験)	19:00 超初心者キック 千葉皓敬★(体験)	19:00 超初心者キック 千葉皓敬★(体験)	※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	20:00 超初心者キック 千葉★(体験)	超初心者キック ボクシング 土井★	超初心者キック 千葉★(体験)	超初心者キック 千葉★(体験)	超初心者キック 森貴慎★(体験)	フリー&ミット 森貴慎・辻	有酸素キック 池田(体験)	フリー&ミット 千葉皓敬・ 池田	20
21	超初心者キック 千葉★(体験)	フリー&ミット 千葉皓敬・ 千葉明寛	超初心者キック 千葉★(体験)	超初心者キック 千葉★(体験)	超初心者キック 森貴慎★(体験)	キック テクニク 池田★★			21
22	ダイエットキック 千葉明寛★	ダイエット ボクシング 土井★	ダイエットキック 辻★	ダイエットキック 辻★	フリー&ミット 辻★	フリー&ミット 池田			22
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 5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 佐藤耀★	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 池田進人★(無料体験)	7:10 モーニングキック 佐藤耀★	7:10 モーニングキック 川島★(無料体験)	9:00 open		7									
8	8:00 初心者キックボクシング 佐藤耀★	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 池田進人★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 佐藤耀★	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 佐藤耀★	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 池田進人★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 佐藤耀★	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 佐藤耀★(無料体験)	9:00 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 佐藤耀★	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 池田進人★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 佐藤耀★	10:00 ダイエットキック 川島★(無料体験)	ダイエットキック 佐藤★(体験)	キック マスパー 新井★★	ダイエットキック 新井★(体験)	キック マスパー 鈴木快★★	10							
11	11:00 超初心者キックボクシング 佐藤耀★	11:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	11:00 超初心者キックボクシング 佐藤耀★	11:00 超初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	初心者キック 佐藤★	初心者者ムエタイ 新井★(体験)	初心者者ムエタイ 新井★(体験)	初心者者ムエタイ 新井★(体験)	11							
12	12:00 初心者キックボクシング 佐藤耀★(無料体験)	12:00 初心者キックボクシング 川島★(無料体験)	12:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★	12:00 初心者キックボクシング YUKA★(無料体験)	12:00 初心者キックボクシング YUKA★(無料体験)	初心者キック 新井★	フリー&ミット 布施	初心者キック 鈴木快★(体験)	フリー&ミット 新井	12							
13	13:00 ダイエットキック 佐藤耀★	13:00 ダイエットキック 川島★	13:00 ダイエットキック 伊藤麗★(無料体験)	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 布施★		有酸素キック 池田★(体験)	フリー&ミット 新井	13							
14	14:00 超初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 新井★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 伊藤麗★	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★	フリー&ミット 佐新井	初級英会話 アリオ★	超初心者 キック 鈴木快★	キックボクシング 体験限定(池田)	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★	15:00 初心者キックボクシング 新井★	15:00 初心者キックボクシング 伊藤麗★(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 布施★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 新井★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 ダイエットキック 新井★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 伊藤麗★	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 布施★(体験)	キック マスパー 新井★★	ダイエットキック 鈴木快★(体験)	超初心者キック 鈴木快★	キック マスパー 新井★★	16						
17	17:00 キックマスパー 新井★★	17:00 キックマスパー 新井★★	17:00 初心者キックボクシング 新井★	17:00 キックマスパー YUKA★★	キックマスパー YUKA★★	超初心者キック 布施★	キック マスパー 新井★★	超初心者キック 鈴木快★	超初心者キック 鈴木快★	キック マスパー 新井★★	17						
18	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 布施★(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 川島★(無料体験)	フリー&ミット 佐藤耀	17:50クラス終了 18:00close					18						
19	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)	フリー&ミット 新井 ・布施	初級英会話 イブ★	初心者キック 新井★	超初心者 初級者 大野★	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 アリオ★	超初心者 キック 新井★(体験)	フリー&ミット 鈴木 快・佐藤 耀	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(キックの場合) を着用してください。	19
20	初心者キック 川島★(体験)	日常英会話 イブ★	日常英会話 イブ★	初心者キック 千葉明寛★ (体験)	日常英会話 イブ★	日常英会話 イブ★	初心者キック 新井★	超初心者 総合 大野★	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 アリオ★	初心者キック 川島★(体験)	日常英会話 アリオ★	日常英会話 アリオ★	※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 参加をお断りする場合がございますので 予めご了承ください。	20
21	ダイエットキック 川島★(体験)	キック マスパー 新井★★	ダイエットキック 新井★(体験)	キック マスパー 千葉明寛★★	ダイエットキック 新井★(体験)	超初心者総合 大野★	ダイエットキック 川島★(体験)	キック マスパー 新井★★	キック マスパー 佐藤耀★★	21	22	22	22	22	22	22	22
22	超初心者キック 川島★	超初心者キック 新井★	22:00 フリー&ミット 新井	超初心者キック 川島★	22:50 クラス終了 23:00 close						23						



★ファイトフィット吉祥寺 5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 岩淵★	7:10 モーニングキック 浅野★	7:10 モーニングボクシング 野田賢史★	7:10 モーニングキック 高野★	7:10 モーニングボクシング 野田賢史★			7			
8	8:00 Sキック 岩淵★ 8:30 フリー&ミット 岩淵★	8:00 グループキック 浅野★	8:00 Sボクシング 野田賢史★ 8:30 フリー&ミット 野田賢史★	8:00 Sキック 高野★ 8:30 フリー&ミット 高野★	8:00 Sボクシング 野田賢史★ 8:30 フリー&ミット 野田賢史★	9:00 open		8			
9	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 浅野★(超初心者キック)	9:00 無料体験者優先 野田★(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)	9:00 無料体験者優先 野田★(超初心者キック)	9:10 グループキック 金久保★	9:10 グループキック 大貫★	9			
10	10:00 レディースダイエットキック 岩淵★(女性限定)	10:00 レディースダイエットキック 浅野★(女性限定)	10:00 レディースダイエットボクシング 野田賢史★(女性限定)	10:00 レディースダイエットキック 高野★(女性限定)	10:00 レディースダイエットボクシング 野田賢史★(女性限定)	初心者キック 佐野★(体験)	グループキック 金久保★	10:00 Sキック 大貫★ 10:30 フリー&ミット 大貫★	10		
11	11:00 グループキック 岩淵★	11:00 グループキック 浅野★	11:00 グループボクシング 野田賢史★	11:00 グループキック 高野★	11:00 グループボクシング 野田賢史★	11:00 Sキック 佐野★ 11:30 フリー&ミット 佐野★	フリー&ミット 金久保★	10:45 アシュタンガヨガ入門 ちほ★	11		
12	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 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(野田)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(高野)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(野田)	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 初心者キックボクシング 村越★	13:00 フィジカル&ボクシング 林★	13:00 初心者キックボクシング 村越★	13:00 グループキック 佐野★	13:00 初心者キックボクシング 村越★	13:00 グループキック 佐野★	グループキック 大貫★	レディースダイ エットキック 岩淵★(女性限 14:00 Sキック 岩淵★ フリー&ミット 岩淵★	13		
14	14:00 初心者キックボクシング 村越★	14:00 ダイエットボクシング 林★	超初心者キック 野田★(体験) グループキック 村越★	14:00 キックボクシング 無料体験 初回体験者限定(佐野)	超初心者キック 野田★(体験) グループキック 村越★	グループキック 金久保★	超初心者キック 佐野★(体験)	キックボクシング 初回体験者限定 (大貫)	14		
15	15:00 初心者キックボクシング 村越★	15:00 Sボクシング 林★ 15:30 フリー&ミット 林★	15:00 初心者キックボクシング 村越★	15:00 フリー&ミット 佐野★ 15:30 Sキック 佐野★	15:00 初心者キックボクシング 村越★	グループキック 佐野★	フリー&ミット 金久保★	15:00 グループ キック 大貫★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩淵)	15	
16	16:00 初心者キックボクシング 村越★	16:00 ダイエットボクシング 林★	16:00 初心者キックボクシング 村越★	16:00 初心者キックボクシング 佐野★	16:00 初心者キックボクシング 村越★	グループキック 金久保★	超初心者キック 佐野★(体験)	フリー&ミット 大貫★	グループキック 岩淵★	16	
17	17:00 初心者キックボクシング 村越★	17:00 Sボクシング 林★ 17:30 フリー&ミット 林★	17:00 初心者キックボクシング 村越★	17:00 初心者キックボクシング 佐野★	17:00 初心者キックボクシング 村越★	17:00 Sキック 佐野★ 17:30 フリー&ミット 金久保★		17:00 Sキック 大貫★ フリー&ミット 大貫★	キックボクシング 初回体験者限定 (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(澤泉)	18:00 レディースダイエットキック 岩淵★(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 レディースダイエットキック 岩淵★(女性限定)	18:00 ヨガ ちほ★	17:50 クラス終了18:00 close		18			
19	19:00 グループ キック 大貫★	フリー&ミット 澤泉★	グループキック 岩淵★	フリー&ミット 林★	グループキック 大貫★	フリー&ミット 菅原★	グループキック 石垣★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩淵)	キックボクシング 初回体験者限定 (岩淵)	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。 ※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。
20	キックボクシング 初回体験者限定 (大貫)	グループキック 澤泉★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩淵)	フィジカル &ボクシング 林★	キックボクシング 初回体験者限定 (大貫)	グループキック 菅原★	グループキック 石垣★	レディースダイ エットキック 岩淵★(女性限 キックボクシング 初回体験者限定 (岩淵)	グループキック 岩淵★	フリー&ミット 林★	
21	グループキック 大貫★	キックボクシング 初回体験者限定 (澤泉)	グループキック 岩淵★	フリー&ミット 林★	グループキック 大貫★	キックテクニック 菅原★	グループキック 石垣★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩淵)	フィジカル &ボクシング 林★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩淵)	
22	22:00 Sキック 澤泉★ フリー&ミット 澤泉★	フリー&ミット 大貫★	フリー&ミット 岩淵★	22:00 Sボクシング 林★ フリー&ミット 林★	22:00 Sキック 菅原★ フリー&ミット 菅原★	フリー&ミット 大貫★	22:00 Sキック 石垣★ フリー&ミット 石垣★	フリー&ミット 岩淵★	フリー&ミット 林★	22:00 Sキック 岩淵★ フリー&ミット 岩淵★	
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23



★ファイトフィット蒲田 5月時間割★

JR「蒲田駅」から徒歩1分！2019年3月27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 吉田拓郎★(無料体験)	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 浦辺★(無料体験)	7:10 モーニングキック 吉田拓郎★(無料体験)	7:10 モーニングキック 吉田拓郎★(無料体験)			7
8	8:00 初心者キックボクシング 吉田拓郎★	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 浦辺★	8:00 初心者キックボクシング 吉田拓郎★	8:00 初心者キックボクシング 吉田拓郎★			8
9	9:00 超初心者キックボクシング 吉田拓郎★(無料体験)	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 浦辺★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 吉田拓郎★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 吉田拓郎★(無料体験)			9
10	10:00 ダイエットキック 吉田拓郎★(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 浦辺★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 吉田拓郎★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 吉田拓郎★(無料体験)			10
11	11:00 超初心者キックボクシング 吉田拓郎★	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 浦辺★	11:00 超初心者キックボクシング 吉田拓郎★	11:00 超初心者キックボクシング 吉田拓郎★	12:00 open		11
12	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(吉田拓郎)	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山下)	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山下)	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(吉田拓郎)	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(吉田拓郎)	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山下)	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山下)	12
13	13:00 ダイエットキック 小谷崎★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小谷崎★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 杉山★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小谷崎★(体験) ダイエットボクシング 山下★(体験)	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	14:00 超初心者キック 小谷崎★(体験) 超初心者ボクシング 山下★(体験)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 小谷崎★(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 山下★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	15:00 初心者キック 小谷崎★(体験) 初心者ボクシング 山下★(体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 小谷崎★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 小谷崎★(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 山下★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 杉山★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 小谷崎★(体験) ダイエットボクシング 山下★(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(小谷崎)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小谷崎)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(笹川)	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(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
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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(笹川)	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 小谷崎★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 笹川★(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 山下★(無料体験)			19
20	20:00 初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 笹川★(無料体験)	20:00 超寝技初心者 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
21	21:00 超初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 笹川★(無料体験)	21:00 寝技初心者 山下★(無料体験)	21:00 超寝技初心者 山下★(無料体験)			21
22	22:00 ダイエットキック 小谷崎★(無料体験)	22:00 ダイエットキック 小谷崎★(無料体験)	22:00 ダイエットキック 笹川★(無料体験)	22:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	22:00 寝技初心者 山下★(無料体験)			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23



★ファイティングラボ大森 5月時間割★

JR「大森駅」徒歩2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 中村★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ asami★	7:10 モーニングボクシング 小谷崎★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ asami★	7:10 モーニングボクシング 中村★(無料体験)			7	
8	8:00 初心者キックボクシング 中村★(無料体験)	8:00 ヨガ asami★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 小谷崎★(無料体験)	8:00 ヨガ asami★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 中村★(無料体験)			8	
9	9:00 超初心者ボクシング 池田・中村★(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 小谷崎★(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 中村★(無料体験)			9	
10	ダイエットフィジカル 池田★ ディフェンスクラス 池田★	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 小谷崎★(無料体験)	ダイエットフィジカル 池田★ ディフェンスクラス 池田★	10:00 ダイエットボクシング 中村★(無料体験)			10	
11	11:00 マススパー 池田竜司・中村★	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 小谷崎★	11:00 マススパー 池田竜司★	11:00 超初心者ボクシング 中村★	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 ボクシング無料体験 初回体験者限定(池田)	12:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(小谷崎)	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)	12:10 超初心者キックボクシング 池田・中村★	12:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(平丸)	12	
13	13:00 13:00 13:00 ダイエットフィジカル 池田★ ディフェンスクラス 池田★	13:00 13:00 ダイエットキック 千葉★(無料体験)	13:00 13:00 ダイエットボクシング 浩太郎★(無料体験)	13:00 13:00 ダイエットフィジカル 池田★ ディフェンスクラス 池田★	13:00 13:00 ダイエットキック 池田竜司★(無料体験)	13:00 13:00 超初心者ボクシング 中村★	13:00 13:00 初心者キックボクシング 平丸★	13	
14	14:00 14:00 マススパー 池田竜司★	14:00 14:00 超寝技初心者 千葉★(体験)	14:00 14:00 超初心者ボクシング 浩太郎★(無料体験)	14:00 11:00 マススパー 池田竜司★	14:00 14:00 超初心者ボクシング 池田竜司★(無料体験)	14:00 14:00 マススパー 池田竜司・中村★	14:00 14:00 ヨガasami★平丸(体験)	14	
15	15:00 15:00 初心者キックボクシング 池田竜司★(無料体験)	15:00 15:00 超初心者ボクシング 池田★(体験)	15:00 15:00 超初心者総合 千葉★(体験)	15:00 15:00 初心者ボクシング 浩太郎★(無料体験)	15:00 15:00 初心者キックボクシング 池田竜司★(無料体験)	15:00 15:00 初心者キックボクシング 池田★(体験)	15:00 15:00 超初心者ボクシング 中村★	15:00 15:00 初心者キックボクシング 平丸★(無料体験)	15
16	16:00 16:00 ダイエットボクシング 池田竜司★(無料体験)	16:00 16:00 超寝技初心者 千葉★(体験)	16:00 16:00 超初心者ボクシング 浩太郎★(無料体験)	16:00 16:00 フリー&ミット 池田★	16:00 16:00 初心者キック 小谷崎★(体験)	16:00 16:00 超初心者ボクシング 池田★	16:00 16:00 超初心者ボクシング 中村★	16:00 16:00 超初心者ボクシング 平丸★	16
17	17:00 17:00 超初心者ボクシング 池田竜司★	17:00 17:00 超初心者ボクシング 池田★(体験)	17:00 17:00 超初心者総合 千葉★(体験)	17:00 17:00 初心者ボクシング 浩太郎★(無料体験)	17:00 17:00 マススパー 池田★	17:00 17:00 超初心者キック 小谷崎★(体験)	17:00 17:00 超初心者ボクシング 池田竜司★	17:00 17:00 超初心者キックボクシング 平丸★	17
18	18:00 18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 18:00 ダイエットボクシング 浩太郎★(無料体験)	18:00 18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 18:00 ダイエットボクシング 浩太郎★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	19:00 19:00 キックボクシング無料体験 体験者優先(レナ)	19:00 19:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	19:00 19:00 キックボクシング無料体験 体験者優先(横山)	19:00 19:00 超初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	19:00 19:00 超初心者キックボクシング 浩太郎★(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 参加を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	20:00 20:00 有酸素 ボクシング レナ★(体験)	20:00 20:00 超初心者 キック 横山★	20:00 20:00 初心者キックボクシング 横山英・浩太郎★(体験)	20:00 20:00 ダイエットフィジカル 小谷崎★ ディフェンスクラス 小谷崎★	20:00 20:00 初心者キックボクシング 浩太郎★(無料体験)			20	
21	21:00 21:00 有酸素 ボクシング レナ★	21:00 21:00 初心者キック 横山★(体験)	21:00 21:00 超初心者キックボクシング 千葉★(無料体験)	21:00 21:00 超初心者キックボクシング 横山・浩太郎★(体験)	21:00 21:00 超初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)			21:00 21:00 超初心者キックボクシング 浩太郎★(無料体験)	21
22	22:00 22:00 ダイエットキック 横山・レナ★	22:00 22:00 マススパー 千葉★	22:00 22:00 ダイエットキック 横山英・浩太郎★	22:00 22:00 マススパー 小谷崎★	22:00 22:00 ダイエットキック 浩太郎★			22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイトフィット町田 5月時間割★

小田急線「町田駅」徒歩2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★			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 ボクシング無料体験 初回体験者限定(濱道、加藤)	12:10 ボクシング無料体験 初回体験者限定(和田、遠山)	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)	超初心者 ボクシング 濱道(体験)	ダイエットキック 加藤★	13:00 ダイエットキック 和田、遠山★(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)	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)	初心者 ボクシング 濱道(体験)	超初心者キック 加藤★	14:00 超初心者キックボクシング 和田、遠山★(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)	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)	超初心者 ボクシング 濱道★(体験)	初心者キック 加藤★	15:00 初心者キックボクシング 和田、遠山★(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)	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)	初心者 ボクシング 濱道(体験)	ダイエットキック 加藤★	16:00 ダイエットキック 和田、遠山★(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)	初心者 ボクシング 濱道★	キックボクシング 加藤★	17:00 超初心者キックボクシング 和田、遠山★	17
18	超初心者 ボクシング 濱道(体験)	ダイエットキック 加藤★	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 和田★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 和田★(無料体験)	18:00 初心者ボクシ 濱道★(無料体験)		17:50クラス終了 18:00close	18
19	初心者 ボクシング 濱道(体験)	超初心者キック 加藤★	初心者ボクシング 濱道★(体験)	レディースキック 遠山★	19:00 超初心者キックボクシング 和田、遠山★(無料体験)	19:00 30分ボクシング 濱道(体験)	19:00 30分ボクシング 濱道(体験)		19
20	超初心者 ボクシング 濱道★(体験)	初心者キック 加藤★	20:00 30分腹筋クラス 濱道★	20:00 初心者キックボクシング 和田、遠山★(無料体験)	20:00 30分ボクシング 濱道(体験)	19:30 30分キック 和田★	19:30 30分キック 和田★		20
21	初心者 ボクシング 濱道(体験)	ダイエットキック 加藤★	超初心者 ボクシング 濱道★	レディースキック 遠山★	21:00 超初心者キックボクシング 和田、遠山★(無料体験)	20:30 30分キック 和田★	20:30 30分キック 和田★		21
22	初心者 ボクシング 濱道★	キックボクシング 加藤★	22:00 ダイエットボクシング 濱道遠山★	22:00 ダイエットキック 和田、遠山★	22:00 ダイエットキック 和田★	21:30 30分キック 和田★	21:30 30分キック 和田★		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 5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10:00～18:00 (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							9
10	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 佐野★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 坂口★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 杉山★(無料体験)	10:00 open		10:10 無料体験者優先 多田★(超初心者ボクシング)	10:10 超初心者ボクシング 佐野・金久保★(無料体験)
11	11:00 初心者ボクシング 浩太郎★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 佐野★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 坂口★(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 初心者ボクシング 佐野★(無料体験)
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 超初心者ボクシング 幸伸丸★(無料体験)	12:00 超初心者キック 金久保★(無料体験)
13	13:00 無料体験者優先 浩太郎★(超初心者ボクシング)	13:00 ダイエットボクシング 佐野★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 坂口★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 杉山★(無料体験)			初心者ボクシング 多田★	フリー&ミット 幸伸丸★
14	13:00 無料体験者優先 浩太郎★(超初心者ボクシング)	13:00 ダイエットボクシング 佐野★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 坂口★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 杉山★(無料体験)			3:00 ダイエットキック 佐野★(無料体験)	
14	15:00 初心者ボクシング 浩太郎★(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)			14:00 超初心者ボクシング 多田・幸伸丸★(無料体験)	ジョートボクシング 金久保★ フリー&ミット 金久保★
15	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 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 ダイエットフィジカル 杉山★ ディフェンスクラス 杉山★			15:00 初心者ボクシング 幸伸丸・多田★(無料体験)	超初心者 ボクシング 金久保★(体験)
16	17:00 超初心者ボクシング 浩太郎★	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★			16:00 ダイエットボクシング 幸伸丸・多田★(無料体験)	16:00 無料体験者優先 佐野・金久保★(キック)
17	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			17:00 超初心者ボクシング 幸伸丸・多田★	初心者=キック 佐野★
18	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・金久保★(超初心者キック)	19:00 超初心者ボクシング 浩太郎★(無料体験)			17:50 クラス終了 18:00close	フリー&ミット 金久保★
19	20:00 初心者ボクシング 佐野★(無料体験)	20:00 ショートタイムキック 平丸★ ディフェンスクラス 平丸★	20:00 フリー&ミット 金久保★	20:00 超初心者総合 平丸★(体験)	20:00 初心者キックボクシング 浩太郎★(無料体験)			
20	21:00	21:00	21:00	21:00				
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 ダイエットボクシング 平丸★	21:00 ダイエットキック口 浩太郎★				
22	22:30 クラス終了 スポーツクラブNAS 23:00 close							22

毎週金曜日
NAS若葉台定休日



★ファイトフィット横浜ポートサイド 5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			
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)			9:10 ダイエットキック 高遠★(無料体験)	初心者 ボクシング 緒方★
9									キック 砂山★ (体験)
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 緒方★(体験)		
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 緒方★		
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		
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★	フリー&ミット 高遠★		
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)	フリー&ミット 高遠★		
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)	グループキック 高遠★(体験)	フリー&ミット 照井★		
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)	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)	フリー&ミット 高遠★		
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 北島★	17:00 超初心者キック 高遠★	17:00 超初心者ボクシング 北嶋&照井★	超初心者 ボクシング 高遠★	フリー&ミット 照井★		
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 ダイエットボクシング 北嶋★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 照井★(無料体験)	18:00 ダイエットボクシング 北嶋★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close			
19	超初心者キック 照井★(体験)	フリー&ミット 笠島★	初心者ムエタイ ハリイ★(体験)	フリー&ミット 高遠★	有酸素 ボクシング ハリイ★(体験)	フリー&ミット 北島★	有酸素 ボクシング 照井★(体験)		
20	有酸素 ボクシング 照井★(体験)	ダイエット ボクシング 高遠★	ダイエットキック 高遠★(体験)	フリー&ミット ハリイ★	初級 フィジカル 北嶋★	ダイエット ボクシング ハリイ★	ダイエットキック 高遠★(体験)		
21	超初心者キック 照井★(体験)	21:00 フリー&ミット 笠島★	初心者ムエタイ ハリイ★(体験)	21:00 フリー&ミット 高遠&ハリイ★	超初心者キック ハリイ★(体験)	21:00 超初心者 ボクシング 北嶋★	フリー&ミット 照井★		
22	初心者キック 照井★		初心者キック 高遠★		初心者キック ハリイ★	初心者キック 高遠★	フリー&ミット 照井&高遠★		
23	22:50 クラス終了 23:00 close								



★ファイトフィット津田沼 5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 モーニングヨガ chiharu★	7:10 モーニングキック chiharu★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ chiharu★	7:10 モーニングヨガ chiharu★			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 chiharu★(無料体験)	8:00 ヨガ chiharu★	8:00 初心者キックボクシング chiharu★(無料体験)	8:00 ヨガ chiharu★	9:00 open		8							
9	9:00 無料体験者優先 栗山★(超初心者キック)	超初心者キック chiharu★	初回体験者限定 キック無料体験 白石★	超初心者キック chiharu★	初回体験者限定 キック無料体験 白石★	超初心者 ボクシング 湯本★	初回体験者限定 キック無料体験 森田★	9:00 無料体験者優先 chiharu★(超初心者キック)	超初心者キック 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)	ダイエットキック chiha★(体験)	キックテクニック 白石★★	ダイエットキック chiha★(体験)	キックテクニック 白石★★	ダイエットキック chiha★(体験)	パンチ テクニック 湯本★★	ダイエットキック chiha★(体験)	初回体験者限定 キック無料体験 本村★	フリー&ミット 湯本★	初心者キック 森田★(体験)	10:00 超初心者キックボクシング 星野・chiharu★(無料体験)	10		
11	ショートタイムキック 栗山★ フリー&ミット 栗山★	ショートキック 平沢★	フリー&ミット 白石★	ショートキック 平沢★	フリー&ミット 白石★	ショートキック 平沢★	フリー&ミット 湯本★	ショートタイムフィジカル 本村・chiharu★ フリー&ミット 本村・chiharu★	11:00 ダイエットキック 湯本・森田★(無料体験)	ダイエット ムエタイ 星野★(体験)	フリー&ミット chiharu★	11			
12	12:00 キック無料体験 初回体験者限定(栗山)	12:00 キック無料体験 初回体験者限定(白石)	12:00 キック無料体験 初回体験者限定(白石)	12:00 キック無料体験 初回体験者限定(湯本)	12:00 キック無料体験 初回体験者限定(chuharu)	12:00 ヨガ chiharu★		12:00 ヨガ chiharu★		12					
13	13:00 ストレッチ&ダイエット 関本★(無料体験)	13:00 ダイエットキック chiharu★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 白石・chiharu★(無料体験)	13:00 ダイエットキック chiharu★(無料体験)	フリー&ミット 本村★	ストレッチ& ダイエット 関本★	ダイエットキック 湯本★(体験)	フリー&ミット chiharu★	フリー&ミット 吉田★	超初心者キック 星野★(体験)	13				
14	ダイエットキック 栗山★(体験)	ヨガ 関本★	フリー&ミット 白石★	ヨガ chiharu★	フリー&ミット 白石★	ヨガ chiharu★	フリー&ミット 湯本★	ヨガ chiharu★	TaeBo 本村★	フリー&ミット 関本★	フリー&ミット 湯本★	レディースキック chiha★(体験)	鬼フィジカル 吉田★	初回体験者限定 キック無料体験 星野★	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 初心者キックボクシング 白石・湯本★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 白石・湯本★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 湯本・chiharu★(無料体験)	フリー&ミット 本村★	ストレッチ& ダイエット 関本★	初心者 ボクシング 湯本★(体験)	フリー&ミット chiharu★	フリー&ミット 吉田★	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 ダイエットキック 白石・湯本★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 白石・湯本★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 湯本・chiharu★(無料体験)	フィジカル サーキット 本村★	初回体験者限定 キック無料体験 関本★	16:00 ダイエットキック 湯本・chiharu★(無料体験)	初心者 キックボクシング 吉田★(体験)	フリー&ミット 星野★	16				
17	キックテクニック 栗山★★	ダイエット ボクシング 湯本★(体験)	17:00 初心者ボクシング 湯本★(無料体験)	17:00 ボクシングフィジカル 湯本★(無料体験)	超初心者キック chiharu★(体験)	パンチテクニック 湯本★★	シェイプアップ ボクシング 湯本★(体験)	フリー&ミット 白石★	17:00 ボクシングテクニック 湯本・chiharu★★	17:00 キックテクニック 星野・吉田貴幸★★	17				
18	シェイプアップ ムエタイ 栗山★(体験)	フリー&ミット 湯本★	18:00 無料体験者優先 湯本★(超初心者キック)	超初心者 ボクシング 湯本★	初回体験者限定 キック無料体験 白石★	18:00 無料体験者優先 湯本★(超初心者キック)	超初心者 ボクシング 湯本★	初回体験者限定 キック無料体験 白石★	17:50クラス終了 18:00close		18				
19	初回体験者限定 キック無料体験 栗山★	ダイエットキック 湯本★	ダイエットキック 湯本★	初回体験者限定 キック無料体験 森田★	ダイエットキック 湯本★(体験)	フリー&ミット 白石★	超初心者キック 森田★	初回体験者限定 キック無料体験 湯本★	ダイエットキック 白石★(体験)	フリー&ミット 湯本★	19				
20	初心者キック 栗山★(体験)	フリー&ミット 湯本★	フリー&ミット 湯本★	超初心者キック 森田★(体験)	20:00 ダイエットキック 白石★(無料体験)	フリー&ミット 森田★	初心者 ボクシング 湯本★(体験)	有酸素キックボ クシング 白石★	初回体験者限定 キック無料体験 湯本★	※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 トレーニングは禁止とさせていただきます。		20			
21	21:00 ダイエットキック 湯本★(無料体験)	21:00 ダイエットキック 森田★(無料体験)	21:00 キックテクニック 白石・湯本★★	21:00 ダイエットキック 森田★(無料体験)	21:00 キックテクニック 白石・湯本★★	21									
22	ショートタイムキック 湯本★ フリー&ミット 湯本★	ショートタイムキック 森田★ フリー&ミット 森田★	ショートキック ★湯本	フリー&ミット 白石★	ショートタイムキック 森田★ フリー&ミット 森田★	ショートキック ★湯本	フリー&ミット 白石★	22							
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23				



★ファイトフィット柏 5月時間割★

JR「柏駅」徒歩5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 田切★(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 田切★(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 向山★(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 田切★(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 向山★(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 田切★(体験)	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 向山★(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 田切★(体験)	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 向山★	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	12:00 open		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 田切★(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 向山★(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 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)	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 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)	グループキック 鈴木美裕★	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 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)	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 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 田切★(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 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 中島★(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 鈴木美裕★	16
17	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★	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 中島★	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★(体験)	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	キックフォーム 田切★	初心者キック 中島★(体験)	キックフォーム 田切★	グループキック 中島★	初心者キック 佐藤★(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 佐藤★	初心者キック 中島★(体験)	19
20	初心者キック 田切★(体験)	ダイエットキック 中島★	20:00 初心者キックボクシング 田切★(無料体験)	初心者キック 中島★(体験)	脂肪燃焼キック 佐藤★	ダイエットキック 中島★	初心者キック 田切★(体験)	初心者キック 佐藤★(体験)	グループミット 中島★	20
21	グループミット 田切★	初心者キック 中島★(体験)	21:00 初心者キックボクシング 田切★(無料体験)	ダイエットキック 中島★	初心者キック 佐藤★(体験)	初心者キック 中島★(体験)	グループミット 田切★	キックテクニック 佐藤★	初心者キック 中島★(体験)	21
22	初心者キック 田切★	ダイエットキック 中島★	22:00 初心者キックボクシング 田切★(無料体験)	初心者キック 中島★	ダイエットキック 佐藤★	初心者キック 中島★	ダイエットキック 田切★	初心者キック 佐藤★	ダイエットキック 中島★	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 5月時間割★

JR「荻窪駅」徒歩1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 モーニングボクシング 野田賢史★(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 モーニングボクシング 吉越★(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。				7				
8	8:00 ダイエットキック 野田賢史★(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 ダイエットキック 野田賢史★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 吉越★(無料体験)					8				
9	9:00 ボクシングフィジカル 野田賢史★(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 ダイエットキック 吉越★(無料体験)					9				
10	10:00 ダイエットキック 野田賢史★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 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 ダイエットキック 野田賢史★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 吉越★(無料体験)					10				
11	11:00 超初心者ボクシング 野田賢史★	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 超初心者ボクシング 吉越★					11				
						12:00 open								
12	12:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(野田)	12:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(山岡)	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 キック無料体験 初回体験者限定(吉越)	超初心者ボクシング 吉越★	初回体験者限定 キック無料体験 堀★	ダイエットボクシング 安田★	初回体験者限定 キック無料体験 山縣★	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 野田賢史★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 時岡★(無料体験)	13:00 ペリーダンス yuie★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 山口温志★(無料体験)	フリー&ミット 吉越★	ダイエットキック 堀★(体験)	フリー&ミット 安田★	ダイエットキック 山縣★(体験)	13				
14	フリー&ミット 堀★	超初心者ボクシング 野田賢史★(体験)	14:00 超初心者キックボクシング 時岡★	14:00 超初心者ボクシング 野田賢史★	フリー&ミット 山口温志★	超初心者ボクシング 吉越★(体験)	初心者ボクシング 吉越★(体験)	フリー&ミット 堀★	フリー&ミット 安田★	超初心者キック 山縣★(体験)	14			
15	15:00 初心者キックボクシング 堀・安田★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 吉越★(無料体験)	初心者キック 時岡★(体験)	ストレッチ&フィジカル 安藤★	15:00 ストレッチ&フィジカル 安藤★	初心者ボクシング 山口★(体験)	フリー&ミット 吉越★	フリー&ミット 吉越★	初心者キック 堀★(体験)	フリー&ミット 安田★	初心者キック 山縣★(体験)	15		
16	16:00 ダイエットキック 堀・安田★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 吉越★(無料体験)	ダイエットボクシング 吉越★(体験)	フリー&ミット 時岡★	16:00 ダイエットキック 吉越★(無料体験)	フリー&ミット 山口温志★	ダイエットキック 吉越★(体験)	ダイエットボクシング 安田★(体験)	フリー&ミット 堀★	ダイエットボクシング 安田★	初回体験者限定 キック無料体験 山縣★	16		
17	初心者キック 安田★(体験)	フリー&ミット 白石★	超初心者ボクシング 吉越★(体験)	ストレッチ&フィジカル 安藤★	17:00 超初心者ボクシング 吉越★	超初心者ボクシング 吉越★(体験)	有酸素ダンス 安藤★(体験)	ダイエットボクシング 山口★(体験)	フリー&ミット 吉越★	フリー&ミット 吉越★	キックテクニク 堀★★	フリー&ミット 安田★	キックテクニク 山縣★★	17
18	ダイエットキック 安田★	初回体験者限定 キック無料体験 白石★	18:00 キック無料体験 初回体験者限定(吉越)	18:00 ペリーダンス無料体験 初回者限定(yuie)	18:00 キック無料体験 初回体験者限定(吉越)	18:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(山口)	17:50クラス終了 18:00close				18			
19	初心者ボクシング 山口★(体験)	フリー&ミット 白石★	19:00 Jazz dance 半澤裕美★	19:00 ダイエットキック 吉越★(無料体験)	19:00 ペリーダンス yuie★(無料体験)	19:00 ダイエットボクシング 安田★(無料体験)					19			
20	有酸素キックボクシング 白石★	フリー&ミット 山口温志★	超初心者ボクシング 吉越★(体験)	ストレッチ&フィジカル 安藤★	超初心者ボクシング 吉越★(体験)	ストレッチ&フィジカル 安藤★	20:00 初心者ボクシング 吉越★(無料体験)	初心者ボクシング 山口★(体験)	フリー&ミット 安田★			20		
21	パンチテクニク 山口★★	フリー&ミット 安田★	21:00 ペリーダンス yuie★(無料体験)	21:00 有酸素ダンス 安藤★(無料体験)	21:00 有酸素ダンス 安藤★(無料体験)	ダイエットキック 吉越★	ストレッチ&フィジカル 安藤★	パンチテクニク 山口★★	フリー&ミット 安田★			21		
22	ダイエットボクシング 山口★	フリー&ミット 安田★	22:00 ダイエットキック 吉越・安藤★	22:00 ダイエットボクシング 吉越・安藤★	22:00 ダイエットボクシング 吉越・安藤★	22:00 ダイエットボクシング 吉越・安藤★	フリー&ミット 安田★					22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23			



★ファイトフィット新橋 5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 鳴海★	7:10 モーニングキック 鳴海★	7:10 モーニングキック 鳴海★	7:10 モーニングキック 鳴海★	7:10 モーニングキック 鳴海★	12:00 open		7			
8	8:00 初心者キックボクシング 鳴海★	8:00 初心者キックボクシング 鳴海★	8:00 初心者キックボクシング 鳴海★	8:00 初心者キックボクシング 鳴海★	8:00 初心者キックボクシング 鳴海★			8			
9	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(鳴海)	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(鳴海)	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(鳴海)	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(鳴海)	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(鳴海)			9			
10	10:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)			10			
11	11:00 超初心者キックボクシング 鳴海★	11:00 超初心者キックボクシング 鳴海★	11:00 超初心者キックボクシング 鳴海★	11:00 超初心者キックボクシング 鳴海★	11:00 超初心者キックボクシング 鳴海★			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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(横山英)	グループキック 鳴海★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	12
13	13:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 鳴海★			13:00 初心者キックボクシング 横山英★	キックボクシング 初回体験者限定 (鳴海)	グループキック 笹川★	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 鳴海★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 鳴海★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 鳴海★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 鳴海★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 鳴海★(無料体験)			14:00 グループキック 横山英★	グループキック 鳴海★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	14
15	15:00 初心者キックボクシング 鳴海★	15:00 初心者キックボクシング 鳴海★	15:00 初心者キックボクシング 鳴海★	15:00 初心者キックボクシング 鳴海★	15:00 初心者キックボクシング 鳴海★			15:00 グループキック 横山英★	キックボクシング 初回体験者限定 (鳴海)	グループキック 笹川★	15
16	16:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 鳴海★	16:00 ダイエットキック 鳴海★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 鳴海★	16:00 ダイエットキック 鳴海★			16:00 ダイエットキック 横山英★	グループキック 鳴海★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	16
17	17:00 超初心者キックボクシング 鳴海★	グループキック 澤泉★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	17:00 超初心者キックボクシング 澤泉★	グループキック 笹川★			キックボクシング 初回体験者限定 (澤泉)	グループキック 笹川★	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(横山英)	キックボクシング 初回体験者限定 (鳴海)
18	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	キックボクシング 初回体験者限定 (澤泉)	グループキック 笹川★	18:00 ダイエットキック 澤泉★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	グループキック 澤泉★	グループキック 澤泉★	フリー&ミット 笹川★	17:50クラス終了 18:00close		18
19	19:00 グループキック 岩淵★	グループキック 澤泉★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	グループキック 岩淵★	フリー&ミット 澤泉★	グループキック 笹川★	フリー&ミット 澤泉★	グループキック 笹川★	キックボクシング 初回体験者限定 (澤泉)	19	
20	20:00 グループキック 岩淵★	グループキック 笹川★	フリー&ミット 澤泉★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩淵)	グループキック 澤泉★	グループキック 澤泉★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	フリー&ミット 笹川★	グループキック 澤泉★	20	
21	21:00 ダイエットキック 岩淵★(無料体験)	グループキック 澤泉★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	グループキック 岩淵★	キックボクシング 初回体験者限定 (澤泉)	グループキック 笹川★	キックボクシング 初回体験者限定 (澤泉)	グループキック 澤泉★	キックボクシング 初回体験者限定 (笹川)	21	
22	22:00 フリー&ミット 岩淵★	Sキック 澤泉★ フリー&ミット 澤泉★	フリー&ミット 笹川★	Sキック 澤泉★ フリー&ミット 岩淵★	フリー&ミット 澤泉★	Sキック 笹川★ フリー&ミット 澤泉★	フリー&ミット 澤泉★	フリー&ミット 澤泉★	22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23		



★ファイトフィット秋葉原 4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		
7:10 モーニングキック 遠藤★(無料体験)	7:10 モーニングキック 中野★(無料体験)	7:10 モーニングキック 中野★(無料体験)	7:10 モーニングキック 中野★(無料体験)	7:10 モーニングキック 遠藤★(無料体験)	<p style="text-align: center;">※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>			
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 中野★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	8:00 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 中野★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 森口★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)				
10:00 初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 森口★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	<p style="text-align: center;">インストラクター スクールのため、 一般会員様は来店 できません。</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em;">12:00 open</p>			
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 中野★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 森口★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(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 フリートレーニング インストラクター不在	グループ ボクシング 森口★	体験者優先 キック 浦辺	初級 グループキック 工藤★(体験)	フリー&ミット 杉山★
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)	13:00 超初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	グループ ボクシング 浦辺★	体験者優先 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 工藤★
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)	14:00 初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 遠藤★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)		初級 グループキック 工藤★(体験)	フリー&ミット 杉山★
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 初心者キックボクシング 森口★(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 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)		初級グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 工藤★
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 初心者キックボクシング 森口★(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 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)		初級 グループキック 工藤★(体験)	フリー&ミット 杉山★
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 超初心者キックボクシング 小島★(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 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)		初級グループ ボクシング 杉山★(体験)	フリー&ミット 工藤★
18:00 無料体験者優先 浦辺★(超初心者キック)	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 無料体験者優先 小島★(超初心者キック)	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
19:00 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 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 小島 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
20:00 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 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 小島 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
21:00 中級キックボクシング (90分クラス) 浦辺&清水	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 小島 清水★★	21:00 中級ボクシング 杉山功一★★				21
22:00 フリー&ミット 浦辺&清水★	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 小島 清水★	22:00 フリー&ミット 杉山★				22
22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイトフィット秋葉原駅前 4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)	7:10 モーニングキック 栗山★(無料体験)	9:00 open						7			
8	8:00 超初心者ボクシング 森口★(無料体験)	8:00 ショートキックボクシング 栗山★ 8:30 ショートキックボクシング 栗山★	8:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	8:00 ショートキックボクシング 栗山★ 8:30 ショートキックボクシング 栗山★	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			
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)	9:00 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 山田★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 田代★	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 山田★	初級グループ キック 田代★(体験)	フリー&ミット 森口★	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)	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 山田★	11:00 超初心者ボクシング 森口★(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 河内★	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 ボクシング 山田★(体験)	フリー&ミット 浜田★	12:00 超初心者キックボクシング 田代★(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)	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 山田★	初級グループ ボクシング 森口★(体験)	フリー&ミット 田代★	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)	14:00 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 山田★(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 森口★	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)	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 ボクシング 山田★(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 田代★	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)	16:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	初級 グループキック 浜田★(体験)	フリー&ミット 山田★	初級グループ キック 田代★(体験)	フリー&ミット 森口★	16					
17	17:00 ダイエットキック 笹川★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	17:00 ダイエットキック 栗山★(無料体験)	初級グループ ボクシング 山田★(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 田代★	17					
18	18:00 ダイエットキック 笹川★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 栗山★(無料体験)	18:00 超初心者キックボクシング 栗山★(無料体験)	初級グループ キックボクシング 栗山★	体験者優先 ボクシング 森口★	18:00 ダイエットキック 栗山	17:50クラス終了 18:00close ※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 ※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。						18			
19	グループキック 和田★	体験者優先キック 笹川★	グループキック 澤田★	体験者優先キック 栗山★	19:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	グループ ボクシング 森口★							体験者優先キック 栗山★	グループキック 浦辺★	体験者優先 ボクシング 澤田★	19
20	体験者優先キック 和田★	グループキック 笹川★	体験者優先 ボクシング 澤田★	グループキック 栗山★	20:00 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 山田★							体験者優先 ボクシング 森口★	体験者優先 ボクシング 浦辺★	グループキック 澤田★	20
21	グループキック 和田★	体験者優先キック 笹川★	21:00 超初心者キックボクシング 澤田★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 浦辺★(無料体験)	体験者優先 キック 山田★	グループ ボクシング 森口★							グループキック 浦辺★	体験者優先 ボクシング 澤田★	21	
22	22:00 ダイエットキック 笹川★(無料体験)	22:00 超初心者キックボクシング 澤田★(無料体験)	22:00 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 山田★	体験者優先 ボクシング 森口★	体験者優先 ボクシング 浦辺★							グループキック 澤田★	22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close												23			



★ファイティングラボ仙台 5月時間割★

IR「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 大泉★		
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)		
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★		
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★		10:00 open
11	11:00 超初心者キックボクシング 大竹★	11:00 超初心者キックボクシング 大竹★	11:00 超初心者キックボクシング 大竹★	11:00 超初心者キックボクシング 大竹★	11:00 超初心者キックボクシング 大泉★		10:10 超初心者キック 鈴木★(体験)
12	12:00 初心者キックボクシング 大竹★	12:00 初心者キックボクシング 大竹★	12:00 初心者キックボクシング 大竹★	12:00 初心者キックボクシング 大竹★	12:00 初心者キックボクシング 大泉★	12:10 超初心者キック 高橋★(体験)	12:00 超初心者キック 大竹・鈴木★
13	13:00 超初心者キックボクシング 安齋★(無料体験)	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★	超初心者キック 鈴木&高橋★	12:00 ダイエットキック 鈴木・大竹★
14	ダイエットキック 大竹・鈴木★	超初心者キック 安齋★(体験)	14:00 超初心者キックボクシング 高橋・大竹★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 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★	初心者キック 大泉・鈴木★	超初心者キック 高橋★(体験)
15	超初心者キック 大竹・鈴木★	ダイエットキック 安齋★(体験)	15:00 超初心者キックボクシング 高橋・大竹★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 大竹・高橋★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 高橋・大竹★	超初心者キック 大泉・鈴木★	ダイエットキック 高橋★(体験)
16	ダイエットキック 大竹・鈴木★	超初心者キック 安齋★(体験)	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・鈴木★	16:00 初心者キックボクシング 鈴木・高橋★	14:00 ダイエットキック 鈴木・高橋★
17	17:00 初心者キックボクシング 安齋★(無料体験)	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・鈴木★	17:00 初心者キックボクシング 高橋★	16:00 初心者キック 高橋・鈴木★	14:00 初心者キックボクシング 大竹・鈴木★
18	18:00 超初心者キックボクシング 鈴木★	18:00 超初心者キックボクシング 安齋★(無料体験)	18:00 超初心者キックボクシング 安齋★(体験)	18:00 ダイエットキック 小原・安齋★(無料体験)	18:00 ダイエットキック 鈴木★	16:00 初心者キック 鈴木・高橋★	15:50クラス終了
19	19:00 ダイエットキック 安齋・鈴木★(無料体験)	ダイエットキック 小原・安齋★(無料体験)	中級フィジカル 高橋★	超初心者キック 小原・高橋★(無料体験)	初心者総合 安齋★(体験)	ダイエットキック 安齋・鈴木★(体験)	初心者 ボクシング 小原★
20	超初心者キック 小原・鈴木★(無料体験)	寝技初心者 安齋★(体験)	超初心者キック 安齋・小原★(無料体験)	初級フィジカル 高橋★(体験)	ダイエットキック 小原・高橋★(体験)	寝技初心者 安齋★(体験)	初心者キック 小原・鈴木★
21	ダイエットキック 鈴木・小原★	寝技スパー 安齋★★	ダイエットキック 小原・安齋★(体験)	キックスパー 高橋★★	キックテクニック 小原・高橋★	寝技スパー 安齋★★	初心者キック 鈴木★
22	初心者キック 鈴木・小原★	総合クラス 安齋★★	初心者キック 小原・高橋★	超初心者キック 安齋★(体験)	ダイエットキック 小原・高橋★	総合クラス 安齋★★	初心者キック 鈴木★(体験)
23	22:50 クラス終了 23:00 close						17:50クラス終了 18:00close



★ファイティングラボ新潟 5月時間割★

JR「新潟駅」から徒歩5分！2019年4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】 平日9：00～23：00 土曜9：00～18：00 日曜休館日

【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	9:10 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 小林・桑原★(無料体験)	※休館日 ※レディースは 女性インストラクター による女性限定 クラスです。	9				
10	10:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 小林・桑原★(無料体験)		10				
11	11:00 初心者ボクシング 佐藤★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 佐藤★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 佐藤★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 佐藤★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 佐藤★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 小林・桑原★(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 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 佐藤★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小林・桑原★(無料体験)		13				
14	14:00 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 佐藤★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小林・桑原★(無料体験)		14				
15	15:00 初心者フィジカル 佐藤★(無料体験)	15:00 初心者フィジカル 佐藤★(無料体験)	15:00 初心者フィジカル 佐藤★(無料体験)	15:00 初心者フィジカル 佐藤★(無料体験)	15:00 初心者フィジカル 佐藤★(無料体験)	15:00 初心者フィジカル 小林・桑原★(無料体験)		15				
16	16:00 初心者キックボクシング 佐藤★	16:00 初心者キックボクシング 佐藤★	16:00 初心者キックボクシング 佐藤★	16:00 初心者キックボクシング 佐藤★	16:00 初心者キックボクシング 佐藤★	ダイエットキック 小林★ レディースキック 桑原★(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(小林・桑原)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小林・桑原)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小林・桑原)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小林・桑原)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小林・桑原)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小林・桑原)		17				
18	18:00 レディースキック 桑原★(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	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 レディースキック 桑原★(無料体験)	18:00 close		18				
19	19:00 超初心者キックボクシング 小林・桑原★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小林・桑原★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小林・桑原★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小林・桑原★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小林・桑原★(無料体験)	打撃ありのスパーリングに 参加する場合は、 マウスピースと膝あてを ご持参ください。 持っていない場合、 参加をお断りする場 合がございます。		19				
20	20:00 初心者キックボクシング 小林・桑原★(無料体験)	20:00 ダイエットキック 小林・桑原★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 小林・桑原★(無料体験)	20:00 ダイエットキック 小林・桑原★(無料体験)	20:00 ダイエットキック 小林・桑原★(無料体験)			20				
21	超初心者 キック 小林★ レディース柔術 桑原★(体験)	超初心者キック 桑原★(体験)	柔術初心者 小林★(体験)	超初心者キック 桑原★(体験)	柔術初心者 小林★(体験)			超初心者キック 桑原★(体験)	寝技初心者 小林★(体験)	超初心者キック 小林★ レディース総合 桑原★(体験)	21	
22	初心者 フィジカル 小林★	フリー 桑原★	フリー 桑原★	総合クラス 小林★	フリー 桑原★	フリー 桑原★		柔術 スパーリング 小林★	フリー 桑原★	初心者 フィジカル 小林★	フリー 桑原★	22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23			



★ファイトフィット錦糸町 5月時間割★

2019年2月23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★	8:00 初心者キックボクシング 飯野★	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★	8:00 初心者キックボクシング 飯野★				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★				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 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★(無料体験)	初心者キック 宮田★(体験)	フリー&ミット 久保★	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★(無料体験)	初心者キック 久保★(体験)	フリー&ミット 宮田★	14:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	14
15	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★	15:00 初心者ボクシング 塚原★	15:00 初心者ボクシング 塚原★	初心者キック 宮田★(体験)	フリー&ミット 久保★	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★(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)	初心者キック 久保★(体験)	フリー&ミット 宮田★	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(小島)	17:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定(塚原)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(小島)	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 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 超初心者キックボクシング 小島★(無料体験)	18:00 超初心者キックボクシング 宮田★(無料体験)	初心者キック 宮田(体験)	フリー&ミット 小島★	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 超初心者キックボクシング 宮田(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 小島★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 宮田★(無料体験)	初心者キック 小島★(体験)	フリー&ミット 宮田★	19:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	超初心者ボクシング 塚原★(体験)	フリー&ミット 宮田★		19
20	20:00 初心者キックボクシング 小島★(無料体験)	超初心者ボクシング 山田★(体験)	フリー&ミット 宮田★	初心者キック 宮田★(体験)	フリー&ミット 小島★	20:00 初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	初心者キック 宮田★(体験)	フリー&ミット 塚原★	20
21	21:00 超初心者キックボクシング 小島★(無料体験)	初心者キック 宮田★(体験)	フリー&ミット 山田★	初心者キック 小島★(体験)	フリー&ミット 宮田★	21:00 超初心者ボクシング 塚原★(無料体験)	超初心者ボクシング 塚原★(体験)	フリー&ミット 宮田★	21
22	22:00 30分キック 小島★	22:00 30分キック 山田 宮田★	22:00 30分キック 小島 宮田★	22:00 30分ボクシング 塚原★	22:00 30分キック 宮田 塚原★				22
	22:30 フリー&ミット 小島★	22:30 フリー&ミット 山田 宮田★	22:30 フリー&ミット 小島 宮田★	22:30 フリー&ミット 塚原★	22:30 フリー&ミット 宮田 塚原★				
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23



★ファイティングラボ新座AKZA 5月時間割★

JR「新座駅」から徒歩5分！5月1日より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】 平日14:00~23:00 土曜13:00~21:00 日曜休館日

【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							
10	※6月より7時OPEN、日曜日も営業いたします。						
11							
12							
13	14:00 open					13:00 open	※休館日
14	14:10 超初心者キックボクシング 布施・藤木★(無料体験)	14:10 超初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	14:10 超初心者キックボクシング 布施・藤木★(無料体験)	14:10 超初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	14:10 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	
15	15:00 初心者キックボクシング 布施・藤木★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 布施・藤木★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 藤木★(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 キッズクラス 高橋・藤木★(小学校低学年)	
16	16:00 ダイエットキック 布施・藤木★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 藤木★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 布施・藤木★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 藤木★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 布施★(無料体験)	16:00 キッズクラス 高橋・藤木★(小学校高学年)	
17	17:00 キッズクラス 布施・藤木★(小学校低学年)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(藤木)	17:00 キッズクラス 布施・藤木★	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(藤木)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(布施)	17:00 初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	
18	18:00 キッズクラス 藤木★(小学校高学年)	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(藤木)	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	
19	19:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 布施★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 小泉・端★(無料体験)(布施)	19:00 総合選手クラス 網・高橋・藤木★★★	
20	20:00 初心者キックボクシング 布施・藤木★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 布施・藤木★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 藤木★(無料体験)	20:00 キックライトスパー 小泉・端★★(布施)		
21	21:00 総合クラス 網・藤木★★★	21:00 寝技初心者 網・藤木★	21:00 柔術初心者 藤木★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 高橋・藤木★	21:00 柔術初心者 小島★(無料体験)(布施)	21:00 close	
22		22:00 寝技スパー 網・藤木★★	22:00 柔術スパーリング 藤木★★	22:00 中級キックボクシング 高橋・藤木★★	22:00 柔術スパーリング 小島★★★(布施)		
23	22:50 クラス終了 23:00 close						