



# ★ファイトフィットガール目黒白金 9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★	7:10 モーニングボクシング 湯場★	7:10 モーニングヨガ ありえ★	7:10 モーニングヨガ ありえ★	7:10 モーニングボクシング 湯場★	※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★	8:00 初心者ボクシング 湯場★	8:00 ヨガ ありえ★	8:00 ヨガ ありえ★	8:00 初心者ボクシング 湯場★			8		
9	9:00 超初心者キックボクシング 小森★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 湯場★	9:00 超初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	9:00 ヨガ ありえ★	9:00 超初心者ボクシング 湯場★			9		
10	10:00 ダイエットキック 小森★	10:00 ダイエットボクシング 湯場★	10:00 ダイエットキック 漆館★	10:00 ダイエットキック 工藤洋平★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 湯場★			10		
11	11:00 初心者キックボクシング 小森★	11:00 超初心者ボクシング 湯場★	11:00 初心者キックボクシング 漆館★	11:00 初心者ボクシング 工藤洋平★	11:00 超初心者ボクシング 湯場★			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	13:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	13:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	13:00 ダイエットキック 漆館★	13:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	13:00 ダイエットキック 岡山★	12:10 超初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	12:10 超初心者ボクシング 菅★(無料体験)	12		
14	14:00 超初心者キックボクシング 工藤洋平★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 工藤洋平★(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 超初心者キックボクシング 工藤洋平★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	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★	13		
15	15:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	15:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	15:00 初心者キックボクシング 漆館★	15:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	15:00 初心者キックボクシング 岡山★	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)	14		
16	16:00 初心者キックボクシング 工藤洋平★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 工藤洋平★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	16:00 超初心者ボクシング 菅★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	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★	15		
17	17:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	17:00 ダイエットボクシング 工藤洋平★	17:00 初心者キックボクシング 岡山★	17:00 ダイエットボクシング 菅★	17:00 初心者キックボクシング 岡山★	16:00 超初心者キックボクシング 漆館★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 菅★(無料体験)	16		
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	17:00 ダイエットキック 漆館★	17:00 ダイエットボクシング 菅★	17		
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 工藤洋平★ (体験)	振付マスター 香子★	19:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	超初心者 ボクシング 菅★(体験)	振付マスター 香子★	※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)	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 岡山★	20
21	21:00 体幹トレーニング(HIIT) Nami★工藤洋平	初心者ボクシング 工藤洋平★	初心者ダンス 香子★	21:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	初心者 ボクシング 菅★	初心者ダンス 香子★			21:00 超初心者キックボクシング 岡山★(無料体験)	21
22	22:00 YOGA～Sun Salutation Nami★工藤洋平	K-POPダンス 香子★		22:00 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★			22:00 ダイエットキック 岡山★	22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23	