



# ★ファイトフィット蒲田 9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 小谷崎徹★(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 山下優★(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 小谷崎★	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★(無料体験)	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 小谷崎★(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 山下★(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 初心者キックボクシング 山下優★(無料体験)	9:10 超初心者キックボクシング 小谷崎徹★(無料体験)	9
10	10:00 ダイエットキック 小谷崎★(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 山下★(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)	10:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	10:00 ダイエットフィジカル 小谷崎★ ファイティングサーキット 小谷崎★	10
11	11:00 超初心者キックボクシング 小谷崎★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 吉田拓郎★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	11:00 超初心者ボクシング 奈良井翼★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 吉田拓郎★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	11:00 超初心者ボクシング お腹引き締めフィジカル 小谷崎★ ファイティングサーキット 小谷崎★	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 初心者ボクシング 奈良井翼★打ち込み練習	12
13	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 小谷崎徹★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 奈良井★フォーム重視練習	13:00 初心者キックボクシング 秋山★受け返し練習	13:00 初心者キックボクシング 山下★(無料体験)	初心者キック 小谷崎★(体験) 初心者ボクシング 奈良井★(体験)	13
14	お腹引き締めフィジカル 山下★ ファイティングサーキット 山下★	お腹引き締めフィジカル 小谷崎★ ファイティングサーキット 小谷崎★	14:00 寝技初心者 山下★(体験)	14:00 初心者ボクシング 奈良井★打ち込み練習	14:00 超初心者キックボクシング 秋山★フォーム重視練習	14:00 超初心者柔術 山下(無料体験)★	ダイエットキック 小谷崎★(体験) ダイエット ボクシング 奈良井★(体験)	14
15	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 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 初心者ボクシング 奈良井★受け返し練習	15:00 ダイエットキック 秋山★(無料体験)	15:00 柔術初心者 山下(無料体験)★	超初心者キック 小谷崎★(体験) 超初心者ボクシング 奈良井★(体験)	15
16	16:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 小谷崎★(無料体験)	16:00 ダイエットキック 笹川★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 奈良井★ディフェンス練習	16:00 超初心者キックボクシング 秋山★打ち込み練習(体験)	16:00 ダイエットキック 山下★(無料体験)	初心者キック 小谷崎★(体験) 初心者ボクシング 奈良井★(体験)	16
17	17:00 ダイエットフィジカル 山下★ ファイティングサーキット 山下★	17:00 お腹引き締めフィジカル 小谷崎★ ファイティングサーキット 小谷崎★	17:00 超初心者キックボクシング 笹川★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 奈良井★打ち込み練習	17:00 初心者キックボクシング 秋山★(無料体験)	17:00 サーキットボクシング JOE 山下★	ダイエットキック 小谷崎★(体験) ダイエット ボクシング 奈良井★(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	超初心者キック 山下★(体験) ダイエットフィジカル 小谷崎★(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 初心者キックボクシング 笹川★(体験)	19:00超初心者キックボクシング 秋山★フォーム重視練習	初心者キック 秋山★(体験) ダイエットサーキット 山下★			19
20	初心者キック 山下★(体験) ダイエットサーキット 小谷崎★	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★(体験)	20:00 初心者キックボクシング 秋山★	初心者キック 秋山★(体験) 超初心者柔術 山下★(体験)			20
21	初心者キック 小谷崎★(体験) 超初心者柔術 山下★(体験)	21:00 ダイエットキック 小谷崎★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 笹川★(体験)	21:00 初心者キックボクシング 秋山★受け返しディフェンス練習	初心者キック 秋山★(体験) 柔術初心者 山下★(体験)			21
22	フリー&ミット 小谷崎★ 柔術初心者 山下★(体験)	22:00 フリー&ミット 小谷崎★	22:00 フリー&ミット 笹川★	22:00 フリー&ミット 秋山★	22:00 フリー&ミット 秋山★			22
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23