



★ファイトフィット池袋西口11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9:00～18:00 日曜9:00～18:00(年中無休)

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜		
7	7:10 モーニングボクシング 谷本★	7:10 モーニングボクシング 谷本★	7:10 モーニングキック 小松★	7:10 モーニングキック 小松★	7:10 モーニングキック 高田★			7	
8	8:00 初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	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 小松★(無料体験)	8:00 キックボクシング 小松★(無料体験)	8:00 キックボクシング 高田★	9:00 open		8	
9	9:00 超初心者ボクシング 谷本★	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 小松★	9:00 超初心者キックボクシング 小松★	9:00 超初心者キックボクシング 高田★(無料体験)	9:10 超初心者ボクシング 高根★	9:10 超初心者ボクシング 谷本★	9	
10	10:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	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 小松★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 高田★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 高根★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	10	
11	11:00 ダイエットボクシング 谷本★	11:00 ダイエットボクシング 谷本★	11:00 ダイエットキック 小松★	11:00 ダイエットキック 小松★	11:00 ダイエットキック 高田★	11:00 ダイエットボクシング 高根★	11:00 ダイエットボクシング 谷本★	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 初心者キックボクシング 小松★	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 超初心者ボクシング 小山★	12:00 超初心者ボクシング 高根★(無料体験)	12:00 超初心者キックボクシング 戸井田大★(無料体験)	12	
13	13:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 谷本★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 豊崎★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小松★	13:00 ダイエットボクシング 小山★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 豊崎★(無料体験)	超初心者ボクシング 谷本★(体験)	13:00	13
14	14:00 超初心者ボクシング 谷本★	14:00 超初心者ボクシング 谷本★	14:00 超初心者ボクシング 豊崎★	14:00 超初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 小山★	超初心者ボクシング 高根★	13:00 ダイエットキック 戸井田大★	フリー&ミット 谷本★	14
15	15:00 初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	15:00 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 小松★	15:00 初心者ボクシング 小山★(無料体験)	初心者ボクシング 豊崎★	フリー&ミット 高根・豊崎	ダイエットボクシング 谷本★(体験)	15
16	16:00 ダイエットボクシング 谷本★	16:00 ダイエットボクシング 谷本★	16:00 ダイエットボクシング 豊崎★	16:00 ダイエットキック 小松★	16:00 ダイエットボクシング 小山★	ダイエットボクシング 高根★(体験)	初心者キック 戸井田大★	フリー&ミット 戸井田大	16
17	17:00 初心者キックボクシング 光畑★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 谷本★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 豊崎★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 小松★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 小山★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 豊崎★	超初心者ボクシング 谷本★(体験)		17
18	18:00 ダイエットボクシング 波田★(体験)	18:00 初心者キック 上土井★	18:00 超初心者キックボクシング 上土井★	18:00 ダイエットボクシング 小山★	18:00 超初心者キックボクシング 寺坂★	17:50 クラス終了 18:00 close		18	
19	初心者キック 光畑★	18:00 ダイエットボクシング 小山★	19:00 ダイエットキック 上土井★	有酸素キック 池田★	19:00 超初心者ボクシング 大野兼★			19	
20	19:00 ダイエットボクシング 波田★	超初心者キック 上土井★	20:00 超初心者キックボクシング 上土井★(無料体験)	20:00 ダイエットボクシング 小山★	初心者キック 寺坂★			20	
21	超初心者キック 光畑★(体験)	フリー&ミット 光畑 波田	21:00 ダイエットキック 合川★	超初心者キック 池田★(体験)	フリー&ミット 小山 池田			21	
22	21:00 ダイエットボクシング 波田★	ダイエット キック 上土井★	22:00 キックテクニク 合川★	22:00 ダイエットボクシング 小山★	初心者キック 寺坂★			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。