



★ファイトフィット新宿 12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)

【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 山口陽平★	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 出田★	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 超初心者ボクシング 山口陽平★	8:00 超初心者ボクシング 野口貴彦★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 出田★	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 山口陽平★(無料体験)	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 出田★	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 山口陽平★	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 出田★	10:00 ダイエットキック 石戸谷★(無料体験)	10:00 初級フィジカル 並木★			10				
11				11:00 ダイエットキック 石戸谷★	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	12:10 初心者ボクシング 野口貴彦★	12:10 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 中桐★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 中桐★(無料体験)	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 超初心者キックボクシング 富田★	超初心者 ボクシング 野口貴彦★	ダイエット キック 平山★	13:00 超初心者ボクシング 箕浦★	13			
14	14:00 ダイエットキック 中桐★	14:00 ダイエットキック 中桐★	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 富田★(無料体験)	ダイエット ボクシング 野口貴彦★	初心者キック 平山★	ダイエット ボクシング 箕浦★(体験)	超初心者 キック 植田★	14		
15	15:00 ダイエットキック 中桐★(無料体験)	15:00 ダイエットキック 中桐★(無料体験)	15:00 ダイエットボクシング 濱道★	15:00 ダイエットキック 富田★	15:00 ダイエットキック 富田★	超初心者 ボクシング 野口貴彦★	初心者キック 平山★	15:00 ダイエットキック 植田★	15			
16	16:00 キックボクシング 中桐★	16:00 初心者キックボクシング 中桐★	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 初心者キックボクシング 富田★	ダイエット ボクシング 野口貴彦★	ダイエット キック 平山★	16:00 超初心者ボクシング 箕浦★	16			
17	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 中桐★(無料体験)	17:00 超初心者ボクシング 濱道★	17:00 超初心者キックボクシング 富田★	17:00 キックボクシング 富田★	初心者 ボクシング 野口貴彦★	超初心者 キック 平山★	17:00 初心者ボクシング 箕浦★	17			
18	18:00 ダイエットキック 中桐★(無料体験)	18:00 ダイエットボクシング 郡司★	ダイエット ボクシング 濱道★(体験)	フリー&ミット 菅★	18:00 ダイエットキック 富田★	18:00 ダイエットキック 大貫★			18			
						17:50クラス終了 18:00close						
19	超初心者 ボクシング 横田★(体験)	初級 フィジカル 杉本★	初心者 ボクシング 郡司★	超初心者 キック 庭野★	19:00 超初心者ボクシング 菅★	フリー&ミット 富田★	超初心者 キック 時間★(体験)	超初心者 キック 大貫★(体験)	初級 フィジカル 杉本★	19		
20	フリー&ミット 横田★	ダイエット キック 与那覇★	中級 フィジカル 杉本★	超初心者 ボクシング 郡司★	ダイエット キック 庭野★	ダイエット キック 与那覇★	初心者 ボクシング 菅★	ダイエット キック 富田★	フリー&ミット 時間★	初心者キック 大貫★	中級 フィジカル 杉本★	20
21	初心者 ボクシング 横田★	超初心者 キック 与那覇★(体験)	ダイエット ボクシング 郡司★	初心者キック 庭野★	超初心者 キック 与那覇★(体験)	ダイエット ボクシング 菅★	フリー&ミット 与那覇★	ダイエット キック 時間★(体験)	21:00 ダイエットキック 大貫★			21
22	中級者 ボクシング 横田★	超初心者 キック 与那覇★	初心者 ボクシング 郡司★	超初心者 キック 庭野★	ダイエット キック 与那覇★	初心者 ボクシング 菅★	超初心者 キック 与那覇★	フリー&ミット 時間★	22:00 キックテクニク 大貫★			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。