



★ファイトフィット池袋西口12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 モーニングキック 高田★	7:10 モーニングキック 戸井田大★	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 戸井田大★			7
8	8:00 キックボクシング 高田★(無料体験)	8:00 キックボクシング 戸井田大★(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 戸井田大★(無料体験)	9:00 open 9:10スタート		8
9	9:00 超初心者キックボクシング 高田★	9:00 超初心者キックボクシング 戸井田大★	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 戸井田大★	9:10 超初心者キックボクシング 池田★	超初心者 ボクシング 谷本★	9:10
10	10:00 ダイエットキック 高田★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 戸井田大★(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 戸井田大★(無料体験)	10:00 有酸素キック 池田★(無料体験)	ダイエット キック 中野★(体験)	フリー&ミット 谷本 中野
11	11:00 ダイエットキック 高田★	11:00 ダイエットキック 戸井田大★	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 戸井田大★	11:00 ダイエットボクシング 大野兼★	ダイエット ボクシング 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 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 小山★	12:00 超初心者ボクシング 大野兼★(無料体験)	12:00 超初心者キックボクシング 中野★(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 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	13:00 ボディメイク 谷本★	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 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 大野兼★	14:00	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 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 大野兼・ 豊崎	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 豊崎★	16:00 ダイエットキック 戸井田大★(無料体験)	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 大野兼★(体験)	初心者キック 中野★	フリー&ミット 谷本 中野
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 豊崎★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 戸井田大★	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)	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 超初心者キックボクシング 中野★(無料体験)	初心者キック 上土井★	18:00	18:00 超初心者キックボクシング 戸井田大★(無料体験)	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	
19	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	※年末年始12/31(火)～2020/1/3(金) は特別営業7:00～12:00になります。 池袋東口が12:00～18:00です。 担当インストラクターやコースは別途、 店舗の掲示をご確認ください。 ※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。	
20	有酸素キック 池田★	超初心者キック 上土井★	20:00	20:00 超初心者キックボクシング 戸井田大★	20:00	20:00		
21	超初心者キック 中野★(体験)	超初心者キック 上土井★	21:00	21:00	21:00	21:00		
22	キックテクニック 池田★	超初心者キック 上土井★	キックテクニック 合川★	フリー&ミット 戸井田大	22:00	22:00		
23	22:50 クラス終了 23:00 close							23