



★ファイトフィットガール目黒白金 1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 モーニングボクシング 工藤洋平★(無料体験)	7:10 モーニングヨガ ありえ★	7:10 モーニングボクシング 尾高領★	7:10 モーニングヨガ ありえ★	7:10 モーニングヨガ ありえ★	※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 ダイエットキック 工藤洋平★	8:00 ハタヨガ ありえ★	8:00 初心者ボクシング 尾高領★	8:00 ハタヨガ ありえ★	8:00 ハタヨガ ありえ★			8	
9 9:00 超初心者キックボクシング 工藤洋平★(無料体験)	9:00 ハタヨガ ありえ★★	9:00 超初心者ボクシング 尾高領★	9:00 ハタヨガ ありえ★★	9:00 ハタヨガ ありえ★★			9	
10 10:00 ダイエットキック 工藤洋平★	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 尾高領★	10:00 ダイエットキック 工藤洋平★(無料体験)	10:00 初心者ボクシング 尾高領★			10	
11 11:00 初心者ボクシング 工藤洋平★	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 尾高領★	11:00 初心者ボクシング 工藤洋平★	11:00 ダイエットボクシング 尾高領★			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		12	
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 漆館宗太★	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 尾高領★	13:00 ダイエットボクシング 鳥羽潤★	13:00 ダイエットボクシング 菅龍太郎★	13	
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 漆館宗太★(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 初心者ボクシング 尾高領★	14:00 初心者ボクシング 鳥羽潤★	14:00 超初心者ボクシング 菅龍太郎★(無料体験)	14	
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 漆館宗太★	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 尾高領★	15:00 ダイエットボクシング 鳥羽潤★	15:00 ダイエットボクシング 菅龍太郎★	15	
16 16:00 初心者キックボクシング 工藤洋平★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 菅龍太郎★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 漆館宗太★(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 初心者ボクシング 尾高領★	16:00 初心者ボクシング 鳥羽潤★	16:00 初心者ボクシング 菅龍太郎★(無料体験)	16	
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 菅龍太郎★	17:00 初心者キックボクシング 岡山直樹★	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 岡山直樹★	17:00 ダイエットボクシング 鳥羽潤★	17:00 ダイエットボクシング 菅龍太郎★	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 19:00 超初心者キックボクシング 菱沼郷★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 菅龍太郎★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 岡山直樹★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 菱沼郷★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 岡山直樹★(無料体験)	※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 20:00 ダイエットボクシング 尾高領★	20:00 ピラティス Nami★(体験)	20:00 ダイエットボクシング 菅龍太郎★	20:00 ダイエットキック 岡山直樹★	20:00 ダイエットボクシング 菱沼郷★			20:00 ダイエットキック 岡山直樹★	20
21 21:00 体幹トレーニング(HIIT) Nami★菱沼郷	21:00 初心者ボクシング 菅龍太郎★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 岡山直樹★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 菱沼郷★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 岡山直樹★(無料体験)			21	
22 22:00 リラクゼーションピラティス Nami★菱沼郷	22:00 ダイエットボクシング 菅龍太郎★	22:00 ダイエットキック 岡山直樹★	22:00 ダイエットボクシング 菱沼郷★	22:00 フィジカルトレーニング 岡山直樹★	22			
22:50 クラス終了 23:00 close							23	