



# ★ファイトフィット北千住 1月時間割★

JR「北千住駅」徒歩6分！2019年5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】 月～金曜 7:00～23:00 土曜9:00～18:00 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 ベリーダンス yuie★(無料体験)	7:10 モーニングキック 遠藤駿平★(無料体験)	7:10 モーニングキック 遠藤駿平★(無料体験)	7:10 モーニングキック 遠藤駿平★(無料体験)	7:10 ベリーダンス yuie★(無料体験)			7					
8	8:00 ストレッチ&フィジカル yuie★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 遠藤駿平★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 遠藤駿平★(無料体験)	8:00 初心者キックボクシング 遠藤駿平★(無料体験)	8:00 ストレッチ&フィジカル yuie★(無料体験)	9:00 open 9:10 start		8					
9	マイエイト ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	有酸素ダンス yuie★	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤駿平★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤駿平★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤駿平★(無料体験)	マイエイト ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	有酸素ダンス yuie★	グループ ボクシング 鈴木雅弘★	超初心者キック 中野直登★ (体験)	9			
10	超初心者 ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	ストレッチ& フィジカル yuie★	10:00 ダイエットキック 遠藤駿平★(無料体験)	10:00 キックテクニック 遠藤駿平★★	10:00 ダイエットキック 遠藤駿平★(無料体験)	超初心者 ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	ストレッチ& フィジカル yuie★	超初心者 ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	グループキック 中野直登★	10			
11	初心者 ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	有酸素ダンス yuie★	11:00 キックテクニック 遠藤駿平★★	11:00 ダイエットキック 遠藤駿平★(無料体験)	11:00 キックテクニック 遠藤駿平★★	初心者 ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	有酸素ダンス yuie★	グループ ボクシング 鈴木雅弘★	超初心者キック 中野直登★ (体験)	12:00 open 12:10 start	11		
12	12:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	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 初回体験者優先(遠藤駿平)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 ベリーダンス 安藤友里恵★(無料体験)	ダイエット キック 中野直登★	護身術 漆原季亮★	初心者キック (体験者優先) ギャオス★	ボクシング フォーム カルロス唯門★	12			
13	13:00 ダイエットボクシング 鈴木雅弘★(体験)	13:00 ダイエットキック 遠藤駿平★(無料体験)	13:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 遠藤駿平★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 鈴木雅弘★(体験)	グループ ボクシング 鈴木雅弘★	超初心者キック 漆原季亮★ (体験)	ダイエット キック ギャオス★	初心者 ボクシング カルロス唯門★ (体験)	13			
14	14:00 超初心者ボクシング 鈴木雅弘★安藤友里恵(体験)	14:00 超初心者キックボクシング 遠藤駿平★(体験)	14:00 超初心者キックボクシング 遠藤駿平★安藤友里恵(体験)	14:00 超初心者キックボクシング 遠藤駿平★(体験)	14:00 超初心者ボクシング 鈴木雅弘★安藤友里恵(体験)	初心者 ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	グループキック 中野直登★	フリー&ミット ギャオス★	初心者キック カルロス唯門★ (体験)	14			
15	初心者 ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	ストレッチ& フィジカル yuie★	15:00 初心者ボクシング 土井賢★(体験)	初心者キック 中野直登★ (体験)	ストレッチ& フィジカル yuie★	15:00 初心者ボクシング カルロス唯門★(体験)	初心者 ボクシング 鈴木雅弘★(体験)	ストレッチ& フィジカル yuie★	グループ ボクシング 鈴木雅弘★	初心者キック 中野直登★ (体験)	フィジカル ギャオス★	初心者 ボクシング カルロス唯門★ (体験)	15
16	16:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 土井賢★(体験)	初心者キック 中野直登★ (体験)	有酸素ダンス yuie★	16:00 超初心者キックボクシング カルロス唯門★(体験)	16:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	16:00~17:30 中級キック 中野直登★	超初心者キック 漆原季亮★ (体験)	超初心者キック ギャオス★ (体験)	16:00~17:30 空手入門 カルロス唯門★ (体験)	16		
17	17:00 ダイエットキック カルロス唯門★(体験)	17:00 初心者ボクシング 土井賢★(体験)	初心者キック 中野直登★ (体験)	ストレッチ& フィジカル yuie★	17:00 ダイエットキック カルロス唯門★(体験)	17:00 初心者キックボクシング カルロス唯門★(体験)	フリー&ミット 中野直登&漆原季亮★	ジョートキック 漆原季亮★	ジョートキック ギャオス★	フリー&ミット ギャオス&カルロス唯門★	17		
18	初心者 ボクシング 矢代明博★(体験)	グループキック カルロス唯門★	18:00 初心者ボクシング 矢代明博★(体験)	18:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	初心者キック 漆原季亮★ (体験)	グループ ボクシング カルロス唯門★	初心者キック カルロス唯門★ (体験)	グループ ボクシング 矢代★	17:50クラス終了 18:00close		18		
19	ダイエット ボクシング 矢代明博★	初心者キック カルロス唯門★ (体験)	初心者 ボクシング 矢代明博★(体験)	グループキック 土井賢★	グループ キック 中野直登★	初心者 ボクシング カルロス唯門★ (体験)	ダイエット キック 漆原季亮★	初心者キック カルロス唯門★ (体験)	グループキック カルロス唯門★	初心者 ボクシング 矢代★(体験)	※有酸素ボクシング、ベリーダンスの時間は、 サンドバッグ、ミット、縄跳びのような、 大きな音のする練習は禁止です。 大きな音、声を出さなければ、シャドーや 筋トレ、ストレッチ等の練習は可能です。	19	
20	初心者 ボクシング 矢代明博(体験)	グループ空手 (組み手型) カルロス唯門★	ダイエット ボクシング 矢代明博★	初心者 ボクシング 土井賢★(体験)	初心者キック 中野直登★ (体験)	グループ空手 (伝統型) カルロス唯門★	有酸素 ボクシング 漆原季亮★	ボクシング テクニック 入門 カルロス唯門★	初心者キック カルロス唯門★ (体験)	グループ ボクシング 矢代★	ご理解、ご協力よろしくお願い致します。	20	
21	グループ ボクシング 矢代明博★	初心者キック カルロス唯門★ (体験)	初心者 ボクシング 矢代明博(体験)	グループキック 土井賢★	ダイエット キック 中野直登★	初心者 ボクシング カルロス唯門★ (体験)	護身術 漆原季亮★	初心者キック カルロス唯門★ (体験)	ミット コンビネーション カルロス唯門★	初心者 ボクシング 矢代★(体験)	21		
22	22:00 フリー&ミット 矢代明博&カルロス唯門★	22:00 フリー&ミット 矢代明博&土井賢★	22:00 フリー&ミット 中野直登&カルロス唯門★	22:00 フリー&ミット 中野直登★	22:00 フリー&ミット カルロス唯門★	22:00 フリー&ミット 中野直登★	22:00 フリー&ミット 中野直登★	22:00 フリー&ミット 中野直登★	22:00 フリー&ミット 中野直登★	22:00 フリー&ミット 中野直登★	22		
23	22:50 クラス終了 23:00 close										23		