



★ファイトフィット吉祥寺 1月時間割★

2017年12月17日オープン！JR「吉祥寺駅」東口徒歩1分！
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 岩渕将大★	7:10 モーニングフィジカル 浅野恵子★	7:10 モーニングキック 佐野椋将★	7:10 モーニングボクシング 山口温志★	7:10 モーニングキック ★			7		
8	8:00 グループキック 岩渕将大★	8:00 超初心者キックボクシング 浅野恵子★	8:00 グループキック 佐野椋将★	8:00 グループボクシング 山口温志★	8:00 グループキック ★	9:00 open		8		
9	9:00 無料体験者限定 岩渕将大★(超初心者キック)	9:00 初級フィジカル 浅野恵子★	9:00 無料体験者限定 佐野椋将★(超初心者キック)	9:00 無料体験者限定 山口温志★(超初心者キック)	9:00 無料体験者限定 ★(超初心者キック)	9:10 グループキック 金久保由騎★	9:10 グループキック 大貫健一★	9		
10	10:00 レディースダイエットキック 岩渕将大★(女性限定)	10:00 超初心者キックボクシング 浅野恵子★	10:00 グループキック 佐野椋将★	10:00 グループボクシング 山口温志★	10:00 グループキック ★	超初心者キック 佐野椋将★(体験)	初級フィジカル 金久保由騎★	10:00～10:40 初級フィジカル 大貫健一★	10	
11	11:00 グループキック 岩渕将大★	11:00 初級フィジカル 浅野恵子★	11:00 グループキック 佐野椋将★	11:00 グループボクシング 山口温志★	11:00 グループキック ★	11:00 ショートキック 佐野椋将★	超初心者キック ★金久保由騎	10:45 アシュタンガヨガ入門 ちほ★	11	
12	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(岩渕将大)	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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山口温志)	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:45 アシュタンガヨガ入門 ちほ★	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(岩渕将大)	12		
13	13:00 グループボクシング 山口温志★	13:00 中級フィジカル 林和希★★	13:00 グループキック 佐野椋将★	13:00 グループキック 佐野椋将★	13:00 中級フィジカル 林和希★★	13:00 グループキック 佐野椋将★	13:00 レディースダイエットキック★★ フリー&ミット 大貫健一★ (女性限定)岩渕将大	13		
14	14:00 グループボクシング 山口温志★	14:00 フィジカル&ボクシング 林和希★★	14:00 グループキック 佐野椋将★	14:00 キックボクシング 初回体験者限定(佐野椋将★) 14:30 フリー&ミット 佐野椋将★	14:00 フィジカル&ボクシング 林和希★★	初級フィジカル 金久保由騎★	超初心者キック 佐野椋将★(体験) 大貫健一★	14:00 グループキック フリー&ミット 岩渕将大★	14	
15	15:00 グループボクシング 山口温志★	15:00 中級フィジカル 林和希★★	15:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(山口温志)	15:00 初心者キックボクシング 佐野椋将★	15:00 中級フィジカル 林和希★★	グループキック 佐野椋将★	超初心者キック ★金久保由騎	初級フィジカル 大貫健一★	超初心者 キック 岩渕将大★	15
16	16:00 グループボクシング 山口温志★	16:00 フィジカル&ボクシング 林和希★★	16:00 グループボクシング 山口温志★	16:00 初心者キックボクシング 佐野椋将★	16:00 フィジカル&ボクシング 林和希★★	グループキック 金久保由騎★	超初心者キック 佐野椋将★(体験)	フリー&ミット 大貫健一★	グループキック 岩渕将大★	16
17	17:00 JAZZ HIPHOP ASAMI★	17:00 ショートボクシング 林和希★ 17:30 フリー&ミット 林和希★	17:00 グループボクシング 山口温志★	17:00 初心者キックボクシング 佐野椋将★	17:00 ショートボクシング 林和希★ 17:30 フリー&ミット 林和希★	フリー&ミット 佐野椋将★	初級フィジカル 金久保由騎★	初級フィジカル 大貫健一★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩渕将大)	17
18	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定(大貫健一)	18:00 レディースダイエットキック 岩渕将大★★(女性限定)	18:00 グループキック 大貫健一★	18:00 レディースダイエットキック 岩渕将大★★(女性限定)	18:00 ヨガ ちほ★	17:50 クラス終了 18:00 close		18		
19	19:00 グループキック 大貫健一★	フィジカル &ボクシング 林和希★★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩渕将大)	19:00 グループキック 大貫健一★	グループキック 石垣守★	キックボクシング 初回体験者限定 (岩渕将大)	キックボクシング 初回体験者限定 (岩渕将大)	フィジカル &ボクシング 林和希★★	19	
20	20:00～20:40 初級フィジカル 大貫健一★	フリー&ミット 林和希★	グループキック 岩渕将大★	20:00～20:40 初級フィジカル 大貫健一★	20:00 レディースダイエットキック★★ フリー&ミット 石垣守★ (女性限定)岩渕将大	20:00 レディースダイエットキック★★ フリー&ミット 林和希★ (女性限定)岩渕将大	※ヨガクラス、JAZZ HIPHOPクラスの時間は サンドバッグの使用及び 自主練習はできません。		20	
21	21:00 グループキック 大貫健一★	超初心者 キック 岩渕将大★	フィジカル &ボクシング 林和希★★	21:00 グループキック 大貫健一★	グループキック 石垣守★	超初心者 キック 岩渕将大★	フィジカル &ボクシング 林和希★★	超初心者 キック 岩渕将大★	21	
22	22:00～22:30 ショートキック 大貫健一★	22:00～22:40 フリー&ミット 林和希★	グループ キック 岩渕将大★	22:00～22:30 ショートキック 大貫健一★	22:00～22:40 フリー&ミット 岩渕将大★	グループ キック 石垣守★	22:00～22:40 フリー&ミット 林和希★	グループ キック 岩渕将大★	22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23	

※ヨガクラス、JAZZ HIPHOPクラスの時間は
サンドバッグの使用及び
自主練習はできません。

※ショートタイムキック、及び
ショートボクシングは
30分のクラスです。