



★ファイトフィット池袋西口 1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 高田靖一★	7:10 モーニングボクシング 高根秀寿★	7:10 モーニングキック 小松惇史★	7:10 モーニングキック 小松惇史★	7:10 モーニングキック 小松惇史★	7:10 モーニングキック 小松惇史★	7:10 モーニングキック 小松惇史★	7:10 モーニングボクシング 谷本涼★					7
8	8:00 キックボクシング 高田靖一★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 高根秀寿★(無料体験)	8:00 キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	8:00 キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	8:00 キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	8:00 キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	8:00 キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 谷本涼★(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 高田靖一★	9:00 超初心者ボクシング 高根秀寿★	9:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★	9:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★	9:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★	9:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★	9:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★	9:00 超初心者ボクシング 谷本涼★	9:10 超初心者ボクシング 高根秀寿★	超初心者ボクシング 谷本涼★	フリー&ミット 谷本涼 中野直登		9
10	10:00 ダイエットキック 高田靖一★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 高根秀寿★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 小松惇史★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 小松惇史★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 小松惇史★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 小松惇史★(無料体験)	10:00 ダイエットキック 小松惇史★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 谷本涼★(無料体験)	ダイエットボクシング 高根秀寿★	キック体験 限定クラス			ダイエットキック(体験) 中野直登★
11	11:00 ダイエットキック 高田靖一★	11:00 ダイエットボクシング 高根秀寿★	11:00 ダイエットキック 小松惇史★	11:00 ダイエットキック 小松惇史★	11:00 ダイエットキック 小松惇史★	11:00 ダイエットキック 小松惇史★	11:00 ダイエットキック 小松惇史★	11:00 ダイエットボクシング 谷本涼★	有酸素キック 池田進人★	フリー&ミット 高根秀寿	ダイエットボクシング 谷本涼★	11	
12	12:00 超初心者ボクシング 高根秀寿★(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 超初心者キックボクシング 小松惇史★(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 超初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	12:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	12:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	12:00 超初心者ボクシング 小山悠也★	12:00 超初心者ボクシング 高根秀寿★(無料体験)	12:00 超初心者キックボクシング 中野直登★(無料体験)		12	
13	13:00 ダイエットボクシング 高根秀寿★	13:00 ダイエットボクシング 豊崎翔★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 豊崎翔★(無料体験)	13:00 ダイエットキック 小松惇史★	13:00 ダイエットキック 小松惇史★	13:00 ダイエットキック 小松惇史★	13:00 ダイエットキック 小松惇史★	13:00 ダイエットボクシング 小山悠也★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 豊崎翔★(無料体験)	13:00 ボディメイク 谷本涼★		13	
14	14:00 超初心者ボクシング 高根秀寿★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 豊崎翔★	14:00 超初心者ボクシング 豊崎翔★	14:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 小山悠也★	超初心者ボクシング 高根秀寿★(体験)	14:00 フリー&ミット 高根秀寿・ 豊崎翔	14:00 ダイエットキック(体験) 中野直登★	14:00	
15	15:00 初心者ボクシング 高根秀寿★	15:00 初心者ボクシング 豊崎翔★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 豊崎翔★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 小松惇史★	15:00 初心者キックボクシング 小松惇史★	15:00 初心者キックボクシング 小松惇史★	15:00 初心者キックボクシング 小松惇史★	15:00 初心者ボクシング 小山悠也★(無料体験)	初心者ボクシング 豊崎翔★		ダイエットボクシング 谷本涼★(体験)	15:00 フリー&ミット 谷本涼 中野直登	15
16	16:00 ダイエットボクシング 高根秀寿★	16:00 ダイエットボクシング 豊崎翔★	16:00 ダイエットボクシング 豊崎翔★	16:00 ダイエットキック 小松惇史★	16:00 ダイエットキック 小松惇史★	16:00 ダイエットキック 小松惇史★	16:00 ダイエットキック 小松惇史★	16:00 ダイエットボクシング 小山悠也★	16:00 ダイエットボクシング 高根秀寿★	16:00 初心者キック 中野直登★(体験)	16:00 フリー&ミット 谷本涼 中野直登	16	
17	17:00 初心者キックボクシング 中野直登★	17:00 初心者ボクシング 豊崎翔★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 豊崎翔★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 小松惇史★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 小山悠也★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 豊崎翔★	17:00 初心者ボクシング 豊崎翔★	17:00 初心者ボクシング 谷本涼★	17	
18	18:00 超初心者キックボクシング 中野直登★(無料体験)	18:00 初心者キック 上土井猛★(体験)	18:00 超初心者ボクシング 波田大和★(体験)	18:00 超初心者ボクシング 波田大和★(体験)	18:00 超初心者ボクシング 波田大和★(体験)	18:00 超初心者ボクシング 波田大和★(体験)	18:00 超初心者ボクシング 波田大和★(体験)	18:00 超初心者キックボクシング 小山★(無料体験)	18:00 超初心者キックボクシング 寺坂美和★	17:50 クラス終了 18:00 close		18	
19	19:00 超初心者ボクシング 大野兼資★	19:00 超初心者ボクシング 小山悠也★	19:00 超初心者ボクシング 小山悠也★	19:00 超初心者ボクシング 小山悠也★	19:00 超初心者ボクシング 小山悠也★	19:00 超初心者ボクシング 小山悠也★	19:00 超初心者ボクシング 小山悠也★	19:00 超初心者ボクシング 大野兼資★	19:00 超初心者ボクシング 大野兼資★	※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、 店舗の掲示をご参考ください。 ※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。		19	
20	超初心者キック 中野直登★	超初心者キック 上土井猛★	超初心者キック 上土井猛★	超初心者キック 上土井猛★	超初心者キック 上土井猛★	超初心者キック 上土井猛★	超初心者キック 上土井猛★	初心者キック 寺坂美和★	初心者キック 寺坂美和★			20	
21	超初心者ボクシング 大野兼資★(体験)	超初心者ボクシング 小山悠也★(体験)	超初心者ボクシング 小山悠也★(体験)	超初心者ボクシング 小山悠也★(体験)	超初心者ボクシング 小山悠也★(体験)	超初心者ボクシング 小山悠也★(体験)	超初心者ボクシング 小山悠也★(体験)	超初心者ボクシング 大野兼資★(体験)	超初心者ボクシング 大野兼資★(体験)			21	
22	ダイエットキック 中野直登★	ダイエットキック 上土井猛★	ダイエットキック 上土井猛★	キックテクニク 合川雅夫★★	キックテクニク 合川雅夫★★	キックテクニク 合川雅夫★★	キックテクニク 合川雅夫★★	初心者キック 寺坂美和★	初心者キック 寺坂美和★			22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close												23