

★ファイトフィットスタジオ荻窪 3月時間割★

**JR「荻窪駅」徒歩1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10:00～18:00 日曜10:00～18:00(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 山口 温志★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 野田賢史★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 山口 温志★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 野田 賢史★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 山口 温志★(無料体験)				7	
8	8:00 ダイエットキックボクシング 山口 温志★(無料体験)	8:00 ダイエットキックボクシング 野田 賢史★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	8:00 ダイエットキックボクシング 野田 賢史★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 山口 温志★(無料体験)	9:00 ボクシング無料体験		9:00 キックボクシング無料体験	8	
9	9:00 ボクシング無料体験者優先クラス 山口 温志★	9:00 キック無料体験者優先クラス 野田 賢史★	9:00 ボクシング無料体験者優先クラス 山口 温志★	9:00 キック無料体験者優先クラス 野田 賢史★	9:00 ボクシング無料体験者優先クラス 山口 温志★	吉越 博司★		安田 圭克★	9	
10	10:00 ハタヨガ	10:00 ダイエットキックボクシング 野田 賢史★(無料体験)	10:00 スローヴィンヤサヨガ MAKI★	10:00 ダイエットキックボクシング 野田 賢史★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 山口 温志★(無料体験)	キックボクシング 無料体験 吉越 博司★	30分フィジカル 安田 圭克★	10:10 ダイエットキックボクシング 安田 圭克★(無料体験)	10	
11	MAKI★	11:00 初級ボクシングテクニック 野田 賢史★	11:00 初級キックテクニック 山口 温志★	11:00 初級ボクシングテクニック 野田 賢史★	11:00 初級キックテクニック 山口 温志★		30分キックボクシング 安田 圭克★			
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 キックボクシング無料体験 白石 永吉★	12:00 キックボクシング無料体験 野田 賢史★	12:00 キックボクシング無料体験 白石 永吉★	11:00 フィジカル&ボクシング 吉越 博司★(無料体験)		11:00 初級キックテクニック 安田 圭克★	11	
13	13:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 野田賢史★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 山口 温志★(無料体験)	13:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 山口 温志★(無料体験)	12:00 ダイエットキックボクシング 安田 圭克★(無料体験)		12:00 筋膜リリースフローヨガ Yoshiko★	12	
14	14:00 キック無料体験者優先クラス 湯本 和真★	14:00 キック無料体験者優先クラス 野田 賢史★	14:00 キック無料体験者優先クラス 安田 圭克★	14:00 キック無料体験者優先クラス 野田 賢史・yuie★	14:00 キック無料体験者優先クラス 山口 温志★	13:00 ボディメイクヨガ(3/14,21休講) Yoshiko★				13
15	15:00 中級者ボクシング 湯本 和真★★	15:00 初級キックテクニック 安田 圭克★	15:00 初級キックテクニック 安田 圭克★	15:00 中級者キックボクシング 藤井 重綺★★	15:00 中級者ボクシング 山口 温志★★	超初心者 ボクシング 吉越 博司★	キックボクシング 無料体験 安田 圭克★	30分フィジカル 安田 圭克★ 30分キックボクシング 安田 圭克★	14	
16	16:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 安田 圭克★(無料体験)	16:00 リラックスヨガ MAKI★	16:00 有酸素ダンス yuie★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 山口 温志★(無料体験)	自由練習&ミット2R 吉越 博司★	ダイエット キックボクシング 安田 圭克★(体験)	自由練習&ミット2R 安田 圭克★	超初心者キック 山縣 杜晨★(体験)	15
17	17:00 超初心者キックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	17:00 有酸素ダンス yuie★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 安田 圭克★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺・yuie★(無料体験)	17:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	キックボクシング 無料体験 安田 圭克★	超初心者 ボクシング 吉越 博司★	超初心者 キックボクシング 安田 圭克★	キックボクシング 無料体験 山縣 杜晨★	16
18	18:00 キック無料体験者優先クラス 安田 圭克★	18:00 ストレッチ&フィジカル yuie★(無料体験)	18:00 体幹UPヨガ Yoshiko★	18:00 キック無料体験者優先クラス 藤井 重綺★	18:00 キック無料体験者優先クラス 藤井 重綺★	中級ボクシング テクニック 吉越 博司★★	ダイエット キックボクシング 安田 圭克★	ダイエット キックボクシング 安田 圭克★	中級キック テクニック 山縣 杜晨★★	17
19	超初心者 キックボクシング 湯本 和真★(体験)	自由練習&ミット2R 安田 圭克★	19:00 超初心者キックボクシング 安田 圭克・yuie★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 白石 永吉★(無料体験)	19:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close				18
20	キックボクシング 無料体験 湯本 和真★	自由練習&ミット2R 安田 圭克★	20:00 有酸素キック 白石 永吉★(無料体験)	20:00 フィジカル&ボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	20:00 有酸素ボクシング 藤井 重綺★	※有酸素ボクシング、ベリーダンス、 ヨガの時間は、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
21	中級キック テクニック 湯本 和真★★	超初心者 キックボクシング 安田 圭克★(体験)	ボディメイクヨガ Yoshiko★	自主練習&ミット2R 白石 永吉★	超初心者キック 藤井 重綺★(体験)	ストレッチ& フィジカル yuie★	超初心者キック 藤井 重綺★(体験)	中級ボクシング テクニック 野田 賢史★★	※テクニッククラスは、 ディフェンス練習をメインにした対人練習です。	20
22	30分キックボクシング 安田 圭克★	30分キックボクシング yuie・安田 圭克★	30分キックボクシング 白石 永吉★	30分キックボクシング 藤井 重綺★	30分キックボクシング 藤井 重綺・野田 賢史★					21
	自由練習&ミット2R 安田 圭克★	自由練習&ミット2R yuie・安田 圭克★	自由練習&ミット2R 白石 永吉★	自由練習&ミット2R 藤井 重綺★	自由練習&ミット2R 藤井 重綺・野田 賢史★					22
23	22:50 クラス終了 23:00 close									23