



★ファイトフィット北千住 3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	ベリーダンス yuie★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	7:10 ベリーダンス yuie★(無料体験)			7		
8	ストレッチ & フィジカル★ (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	有酸素ダンス yuie★(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)	9:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	9:00 有酸素ダンス yuie★(無料体験)	グループ キックボクシング 漆原 季亮★	初心者 キックボクシング 中野 直登★ (無料体験)	9		
10	ストレッチ & フィジカル★ (無料体験)	10:00 ダイエットキック 遠藤 駿平★(無料体験)	10:00 中級キックテクニック 遠藤 駿平★★	10:00 ダイエットキック 遠藤 駿平★(無料体験)	10:00 ストレッチ & フィジカル yuie★(無料体験)	初心者 キックボクシング 漆原 季亮★ (無料体験)	グループ キックボクシング 中野 直登★	10		
11	11:00 初心者ボクシング 中野渡 礼輝★	11:00 中級キックテクニック 遠藤 駿平★★	11:00 ダイエットキック 遠藤 駿平★(無料体験)	11:00 中級キックテクニック 遠藤 駿平★★	11:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	グループ キックボクシング 漆原 季亮★	初心者 キックボクシング 中野 直登★ (無料体験)	11:00 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 無料体験者優先キック 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 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 ダイエットキックボクシング 中野 直登★(無料体験)	無料体験者 優先キック ギャオス★	初心者 ボクシング カルロス唯門★	12	
13	13:00 ストレッチ & フィジカル yuie★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	13:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	13:00 ストレッチ & フィジカル yuie★(無料体験)	グループ キックボクシング 漆原 季亮★(無料体験)	ダイエット キックボクシング ギャオス★(体験)	自由練習 & ミット2R ギャオス★	13	
14	14:00 有酸素ダンス yuie★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	初心者 キックボクシング 遠藤 駿平★ (無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	14:00 有酸素ダンス yuie★(無料体験)	初心者 キックボクシング 漆原 季亮★ (無料体験)	グループ キックボクシング 中野 直登★	自由練習 & ミット2R ギャオス★	初心者 キックボクシング カルロス唯門★ (無料体験)	14
15	15:00 ストレッチ & フィジカル yuie★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	初心者 キックボクシング 中野 直登★ (無料体験)	15:00 初心者ボクシング カルロス 唯門★(無料体験)	15:00 ストレッチ & フィジカル yuie★(無料体験)	グループ キックボクシング 漆原 季亮★	初心者 キックボクシング 中野 直登★ (無料体験)	中級 フィジカル ギャオス★★	初心者 ボクシング カルロス唯門★ (無料体験)	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 遠藤 駿平★(無料体験)	初心者 キックボクシング 中野 直登★ (無料体験)	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 超初心者 キックボクシング 漆原 季亮★ (無料体験)	超初心者 キックボクシング ギャオス★ (無料体験)	16:00～17:30 空手入門 カルロス 唯門★ (無料体験)	16	
17	17:00 ダイエットキックボクシング カルロス 唯門★(無料体験)	17:00 ダイエットキックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	初心者 キックボクシング 中野 直登★ (無料体験)	17:00 ダイエットキックボクシング カルロス 唯門★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング カルロス 唯門★(無料体験)	中級者 キックボクシング 中野 直登★★	30分キックボクシング 漆原 季亮★	30分キックボクシング ギャオス★	17	
18	初心者 ボクシング 矢代 明博★ (無料体験)	18:00 初心者ボクシング カルロス 唯門★ 矢代 明博★(無料体験)	18:00 ベリーダンス yuie★(無料体験)	自由練習 & ミット2R 漆原 季亮★	グループ ボクシング カルロス 唯門★ (無料体験)	初心者 キックボクシング カルロス 唯門★ (無料体験)	グループ ボクシング 矢代 明博★	17:50クラス終了 18:00close	18	
19	19:00 ダイエット ボクシング 矢代 明博★	初心者 キックボクシング カルロス 唯門★ (無料体験)	初心者 ボクシング 矢代 明博★ (無料体験)	グループ キックボクシング 中野 直登★ (無料体験)	自由練習 & ミット2R カルロス★	ダイエット キックボクシング 漆原 季亮★ (無料体験)	自由練習 & ミット2R カルロス★	グループ キックボクシング カルロス 唯門★	初心者 ボクシング 矢代 明博★ (無料体験)	19
20	初心者 ボクシング 矢代 明博★ (無料体験)	グループ空手 (組手型) カルロス唯門★	初心者 ボクシング 土井 賢★ (無料体験)	自由練習 & ミット2R 中野 直登★	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★	初級ボクシング テクニック カルロス 唯門★	初心者 キックボクシング カルロス 唯門★ (無料体験)	グループ ボクシング 矢代 明博★	20
21	グループ ボクシング 矢代 明博★	初心者 キックボクシング カルロス 唯門★ (無料体験)	初心者 ボクシング 矢代 明博★ (無料体験)	グループ キックボクシング 土井 賢★	ダイエット キックボクシング 中野 直登★	護身術 漆原 季亮★	初心者 キックボクシング カルロス 唯門★ (無料体験)	ミグループ ボクシングミット カルロス 唯門★	初心者 ボクシング 矢代 明博★ (無料体験)	21
22	22:00 自由練習 & ミット2R 矢代 明博 & カルロス 唯門★	30分キックボクシング カルロス 唯門★	22:00 自由練習 & ミット2R 矢代 明博 & 土井 賢★	30分キックボクシング 中野 直登★	22:00 自由練習 & ミット2R 中野 直登 & カルロス 唯門★	22:00 自由練習 & ミット2R カルロス 唯門★	22:00 自由練習 & ミット2R 矢代 明博 & カルロス 唯門★	30分ボクシング 矢代 明博★	22	
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23	

※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。

ご理解、ご協力よろしくお願い致します。