



★ファイトフィット吉祥寺 4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 モーニングキックボクシング 岩淵 将大★	7:10 モーニングフィジカル 浅野 恵子★	7:10 モーニングボクシング 山口 温志★	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 佐野 椋将★			7		
8	8:00 グループキックボクシング 岩淵 将大★	8:00 有酸素キック 浅野 恵子★	8:00 グループボクシング 山口 温志★	8:00 グループボクシング 山口 温志★	8:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	9:00 open		8		
9	9:00 キックボクシング無料体験 岩淵 将大★	9:00 キックボクシング無料体験 浅野 恵子★	9:00 キックボクシング無料体験 山口 温志★	9:00 キックボクシング無料体験 山口 温志★	9:00 キックボクシング無料体験 佐野 椋将★	9:10 グループキックボクシング 金久保 由騎★	9:10 グループキックボクシング 大貫 健一★	9		
10	10:00 レディースキック 岩淵 将大★	10:00 初級フィジカル 浅野 恵子★	10:00 グループボクシング 山口 温志★	10:00 グループボクシング 山口 温志★	10:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	キックボクシング 無料体験 佐野 椋将★	初級フィジカル 金久保 由騎★	10:00 グループキックボクシング 大貫 健一★	10	
11	11:00 グループキックボクシング 岩淵 将大★	11:00 有酸素キック 浅野 恵子★	11:00 グループボクシング 山口 温志★	11:00 グループボクシング 山口 温志★	11:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	自由練習&ミット2R 金久保 由騎★	グループキック ボクシング 佐野 椋将★	11:00 キックボクシング無料体験 大貫 健一★	11	
12	12:00 キックボクシング無料体験 岩淵 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 山口 温志★	12:00 キックボクシング無料体験 佐野 椋将★	11:45 アシュタンガヨガ入門 ちほ★		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 グループボクシング 山口 温志★	13:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	13:00 中級フィジカル 林 和希★★	13:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★		13:00 レディースキック★★ 自由練習&ミット2R 大貫 健一★ 岩淵 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 グループボクシング 山口 温志★	14:00 キックボクシング無料体験 佐野 椋将★ 14:30 自由練習&ミット2R 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★	キックボクシング 無料体験 佐野 椋将★	14:00 グループキックボクシング 大貫 健一★ 自由練習&ミット2R 岩淵 将大★	14	
15	15:00 グループボクシング 山口 温志★	15:00 ボクシング無料体験 林 和希★ 15:30 自由練習&ミット2R 林 和希★	15:00 キックボクシング無料体験 山口 温志	15:00 初心者キックボクシング 佐野 椋将★	15:00 ボクシング無料体験 林 和希★ 15:30 自由練習&ミット2R 林 和希★	グループキック ボクシング 佐野 椋将★	自由練習&ミット2R 金久保 由騎★	初級フィジカル 大貫 健一★	自由練習&ミット2R 岩淵 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 ボクシング 金久保 由騎★	キックボクシング 無料体験 佐野 椋将★	キックボクシング 無料体験 大貫 健一★	グループキック ボクシング 岩淵 将大★	16
17	17:00 JAZZ HIPHOP ASAMI★	17:00 30分ボクシング 林 和希★ 17:30 自由練習&ミット2R 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 30分ボクシング 林 和希★ 17:30 自由練習&ミット2R 林 和希★	自由練習&ミット2R 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★	自由練習&ミット2R 岩淵 将大★	17
18	18:00 有酸素パレエ ASAMI★	18:00 レディースキック 岩淵将大★★	18:00 グループキックボクシング 大貫 健一★	18:00 レディースキック 小久江 芽衣★	18:00 ヨガ ちほ★	17:50 クラス終了 18:00 close		18		
19	グループキック ボクシング 小久江 芽衣★	自由練習&ミット2R 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 無料体験 岩淵 将大★	19:00 有酸素キック 浅野 恵子★	グループキック ボクシング 石垣 守★	キックボクシング 無料体験 小久江 芽衣★	キックボクシング 岩淵 将大★	フィジカル &ボクシング 林 和希★★	19
20	中級フィジカル 大貫 健一★★	キックボクシング 無料体験 小久江 芽衣★	自由練習&ミット2R 林 和希★	グループキック ボクシング 岩淵 将大★	20:00～20:40 中級フィジカル 大貫 健一★★	20:00 レディースキック★ 自由練習&ミット2R 石垣 守★	小久江 芽衣	自由練習&ミット2R 林 和希★	(女性限定)岩淵将大	20
21	グループキック ボクシング 小久江 芽衣★	超初心者 キックボクシング 大貫 健一★	超初心者 キックボクシング 岩淵 将大★	フィジカル &ボクシング 林 和希★★	21:00 グループキックボクシング 大貫 健一★	グループキック ボクシング 石垣 守★	超初心者 キックボクシング 小久江 芽衣★	フィジカル &ボクシング 林 和希★★	超初心者 キックボクシング 岩淵 将大★	21
22	22:00～22:40 自由練習&ミット2R 小久江 芽衣★	グループ キックボクシング 大貫 健一★	22:00～22:40 自由練習&ミット2R 林 和希★	グループ キックボクシング 岩淵 将大★	22:00～22:30 30分キックボクシング 大貫 健一★	22:00～22:40 自由練習&ミット2R 小久江 芽衣★	グループ キックボクシング 石垣 守★	22:00～22:40 自由練習&ミット2R 林 和希★	グループ キックボクシング 岩淵 将大★	22
23	22:50 クラス終了 23:00 close								23	

※有酸素キック、ヨガクラス、JAZZ HIPHOPクラスの時間帯はサンドバッグの使用及び自主練習はできません。

※30分キックボクシング、及び30分ボクシングは30分のクラスです。