



★ファイトフィット津田沼 5月時間割(5/9～)★

JR「津田沼駅」徒歩1分！2018年9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 7:00～22:00 土曜 12:00～18:00 日曜 12:00～18:00 (金曜休館)

【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 アシュタンガヨガ chiharu★	7:10 モーニングキックボクシング 白石 永吉★(無料体験)	7:10 アシュタンガヨガ chiharu★	7:10 アシュタンガヨガ chiharu★				7
8	8:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	8:00 初心者キックボクシング 白石 永吉★(無料体験)	8:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	8:00 骨盤調整ヨガ chiharu★				8
9	9:00 キック無料体験者優先クラス chiharu★	9:00 キック無料体験者優先クラス 白石 永吉★	9:00 キック無料体験者優先クラス chiharu★	9:00 キック無料体験者優先クラス chiharu★				9
10	10:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 白石 永吉★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)				10
11	30分ヨガ chiharu★ 自由練習&ミット2R chiharu★	30分キックボクシング 白石 永吉★ 自由練習&ミット2R 白石 永吉★	30分ヨガ chiharu★ 30分キックボクシング chiharu★	30分ヨガ chiharu★ 自由練習&ミット2R chiharu★				11
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 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 open		12
13	13:00 ダイエットキックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 白石 永吉★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)		12:10 ダイエットキックボクシング 吉田 貴幸★(無料体験)	12:10 ダイエットキックボクシング 白石 永吉★(無料体験)	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 白石 永吉★(無料体験)	14:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	14:00 骨盤調整ヨガ chiharu★		13:00 上級フィジカル 吉田 貴幸★★★	13:00 燃焼HIT 白石 永吉★ 自由練習&ミット2R 白石 永吉★	14
15	15:00 中級者キックボクシング 杉田 大樹★★	15:00 中級者キックボクシング 白石 永吉★★	15:00 中級者ボクシング 湯本 和真★	15:00 レディースキック chiharu★(無料体験)		14:00 超初心者キックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 星野 公彌★(無料体験)	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 白石 永吉★(無料体験)	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 リラックスヨガ chiharu★		15:00 超初心者ボクシング 湯本 和真★(無料体験)	15:00 ダイエットムエタイ 星野 公彌★	16
17	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 フリートレーニング インストラクター不在		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 グループキックミット 星野 公彌★	17
18	18:00 キック無料体験者優先クラス 湯本 和真★	18:00 キック無料体験者優先クラス 杉田 大樹★	18:00 キック無料体験者優先クラス 湯本 和真★	18:00 キック無料体験者優先クラス 白石 永吉★		17:00 超初心者ボクシング 湯本 和真★	17:00 超初心者キックボクシング 星野 公彌★	18
19	19:00 超初心者キックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング 白石 永吉★(無料体験)		17:50クラス終了 18:00close		19
20	20:00 超初心者ボクシング 湯本 和真★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 湯本 和真★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング 白石 永吉★(無料体験)		※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。 ※平日9時～18時及び土日終日は、サンドバッグ及び ロープ等の激しいジャンプ系禁止となります。		20
21	21:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★	21:00 キック蹴り込み 杉田 大樹★	21:00 パンチ打ち込み 湯本 和真★	21:00 ダイエットキックボクシング 白石 永吉★				21
22	21:50クラス終了 22:00 close							22
23								23

休館日