



# ★ファイトフィット北千住 7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円無料プラン！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 モーニングボクシング<br>森口 裕司★(無料体験)  | 7:10 モーニングキックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)  | 7:10 モーニングキックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)  | 7:10 モーニングキックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)  | 7:10 ストレッチ&フィジカル<br>yuie★(無料体験)         | ※新型コロナウイルス<br>感染予防の為、原則<br>お一人様1時間の練習と<br>させていただきます。<br>(1クラス45分間)<br>※また、人数制限11名まで<br>とさせていただきます。<br>予約は不要ですが、<br>万が一一定員に達した際は、<br>次のクラスまでお待ち頂く<br>場合がございます。 | ※(中継あり)と記載された<br>時間はオンラインでも<br>ご視聴いただけます。<br><br>※定点カメラを<br>インストラクターのみが<br>映るように設置致します<br>が、ご参頂いている<br>会員様が映り込む可能性<br>があります。<br>予めご了承ください。 | 7  |
| 8  | 8:00 初心者ボクシング<br>森口 裕司★(無料体験)    | 8:00 初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)    | 8:00 初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)    | 8:00 初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)    | 8:00 ストレッチ&フィジカル<br>yuie★(無料体験)         |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            | 8  |
| 9  | 9:00 超初心者ボクシング<br>森口 裕司★(無料体験)   | 9:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)   | 9:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)   | 9:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)   | 9:00 有酸素ダンス<br>yuie★(無料体験)              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            | 9  |
| 10 | 10:00 ダイエットボクシング<br>森口 裕司★(無料体験) | 10:00 ダイエットキックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験) | 10:00 ダイエットキックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験) | 10:00 ダイエットキックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験) | 10:00 ストレッチ&フィジカル<br>yuie★(無料体験)        |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            | 10 |
| 11 | 11:00 初心者ボクシング<br>森口 裕司★(無料体験)   | 11:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★        | 11:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★        | 11:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★        | 11:00 ベリーダンス<br>yuie★(無料体験)             |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            | 11 |
| 12 | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在    | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在       | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在       | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在       | 12:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在           | 12:00open<br>12:10 超初心者キックボクシング<br>漆原 季亮★(無料体験)                                                                                                               | 12:10start<br>12:10 グループボクシング<br>杉山 功一★(無料体験)                                                                                              | 12 |
| 13 | 13:00 ストレッチ&フィジカル<br>yuie★(無料体験) | 13:00 ダイエットキックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験) | 13:00 ベリーダンス<br>yuie★(無料体験)         | 13:00 ダイエットキックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験) | 13:00 ダイエットキックボクシング<br>漆原 季亮★(体験)(中継あり) | 13:00 グループキックボクシング<br>漆原 季亮★(無料体験)                                                                                                                            | 13:00 ダイエットボクシング<br>杉山 功一★(無料体験)                                                                                                           | 13 |
| 14 | 14:00 有酸素ダンス<br>yuie★(無料体験)      | 14:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)  | 14:00 ストレッチ&フィジカル<br>yuie★(無料体験)    | 14:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)  | 14:00 超初心者キックボクシング<br>漆原 季亮★(無料体験)      | 14:00 ダイエットキックボクシング<br>漆原 季亮★(無料体験)                                                                                                                           | 14:00 グループボクシング<br>杉山 功一★(無料体験)                                                                                                            | 14 |
| 15 | 15:00 ストレッチ&フィジカル<br>yuie★(無料体験) | 15:00 初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)   | 15:00 有酸素ダンス<br>yuie★(無料体験)         | 15:00 初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)   | 15:00 初心者キックボクシング<br>漆原 季亮★(無料体験)       | 15:00 初心者キックボクシング<br>漆原 季亮★(無料体験)                                                                                                                             | 15:00 初心者ボクシング<br>杉山 功一★(無料体験)                                                                                                             | 15 |
| 16 | 16:00 ベリーダンス<br>yuie★(無料体験)      | 16:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)  | 16:00 ストレッチ&フィジカル<br>yuie★(無料体験)    | 16:00 超初心者キックボクシング<br>遠藤 駿平★(無料体験)  | 16:00 超初心者キックボクシング<br>漆原 季亮★(無料体験)      | 16:00 中級キックテクニック<br>小林 大樹★★                                                                                                                                   | 16:00 グループボクシング<br>杉山 功一★(無料体験)                                                                                                            | 16 |
| 17 | 17:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在    | 17:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在       | 17:00 ベリーダンス<br>yuie★(無料体験)         | 17:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在       | 17:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在           | 17:00 自由練習&ミット2R<br>漆原 季亮★                                                                                                                                    | 17:00 自由練習&ミット2R<br>杉山 功一★                                                                                                                 | 17 |
| 18 | 18:00 グループボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)  | 18:00 グループボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)     | 18:00 フリートレーニング<br>インストラクター不在       | 18:00 グループボクシング<br>森口 裕司★(無料体験)     | 18:00 グループボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)         | 17:50クラス終了 18:00close                                                                                                                                         |                                                                                                                                            | 18 |
| 19 | 19:00 グループボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)  | 19:00 グループボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)     | 19:00 ダイエットボクシング<br>杉山 功一★(無料体験)    | 19:00 グループボクシング<br>森口 裕司★(無料体験)     | 19:00 グループボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)         | ※ベリーダンスの時間は、サンドバッグ、ミット、<br>縄跳びのような、大きな音のする練習は禁止<br>です。<br><br>大きな音、声を出さなければ、シャドーや筋トレ、<br>ストレッチ等の練習は可能です。<br><br>ご理解、ご協力よろしくお願ひ致します。                           |                                                                                                                                            | 19 |
| 20 | 20:00 ダイエットボクシング<br>矢代 明博★(無料体験) | 20:00 ダイエットボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)    | 20:00 グループボクシング<br>杉山 功一★(無料体験)     | 20:00 ダイエットボクシング<br>森口 裕司★(無料体験)    | 20:00 ダイエットボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)        |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            | 20 |
| 21 | 21:00 初心者ボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)   | 21:00 初心者ボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)      | 21:00 初心者ボクシング<br>杉山 功一★(無料体験)      | 21:00 初心者ボクシング<br>森口 裕司★(無料体験)      | 21:00 初心者ボクシング<br>矢代 明博★(無料体験)          |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            | 21 |
| 22 | 22:00 自由練習&ミット2R<br>矢代 明博★       | 22:00 自由練習&ミット2R<br>矢代 明博★          | 22:00 自由練習&ミット2R<br>杉山 功一★          | 22:00 自由練習&ミット2R<br>森口 裕司★          | 22:00 自由練習&ミット2R<br>矢代 明博★              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            | 22 |
| 23 | 22:50クラス終了 23:00 close           |                                     |                                     |                                     |                                         |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            | 23 |