



★ファイトフィット横浜ポートサイド7月時間割★

2018年2月22日オープン！ JR「横浜駅」北改札から徒歩5分！
 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7:00～23:00 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 モーニングキックボクシング 新井 一世★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 我謝 真人★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	※新型コロナウイルス 感染予防の為、原則 お一人様1時間の練習と させていただきます。 (1クラス45分間) ※また、人数制限12名まで とさせていただきます。 予約は不要ですが、 方が一定員に達した際は、 次のクラスまでお待ち頂く 場合がございます。	※(中継あり)と記載された 時間はオンラインでも ご視聴いただけます。 ※定点カメラを インストラクターのみが 映るように設置致します が、ご参頂いている 会員様が映り込む可能性 があります。 予めご了承ください。	7		
8	8:00 ダイエットキックボクシング 新井 一世★(無料体験)	8:00 ダイエットキックボクシング 我謝 真人★(無料体験)	8:00 ダイエットキックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	8:00 ダイエットキックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	8:00 ダイエットキックボクシング 砂山 裕★(無料体験)			8		
9	10:00 超初心者キックボクシング 新井 一世★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 我謝 真人★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)			9		
10	11:00 初心者キックボクシング 新井 一世★	11:00 初心者キックボクシング 我謝 真人★	11:00 初心者キックボクシング 砂山 裕★	11:00 初心者キックボクシング ハリイ 永田★	11:00 初心者キックボクシング 砂山 裕★			10		
11	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 フリートレーニング インストラクター不在			11:00 open	11	
12	13:00 ダイエットキックボクシング 新井 一世★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 我謝 真人★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 砂山 裕★(無料体験)			12:00 初心者キックボクシング 照井 純一★(無料体験)	12:00 初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	12
13	14:00 超初心者キックボクシング 新井 一世★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 我謝 真人★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)			13:00 初心者キックボクシング 照井 純一★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	13
14	15:00 初心者キックボクシング 照井 純一★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 笠島 悠平★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)			14:00 有酸素ボクシング 照井 純一★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	14
15	16:00 ダイエットキックボクシング 照井 純一★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 照井 純一★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 笠島 悠平★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 砂山 裕★(無料体験)			15:00 初心者キックボクシング 照井 純一★(無料体験)	15:00 寝技初心者 砂山 裕★	15
16	17:00 超初心者キックボクシング 照井 純一★	17:00 超初心者キックボクシング ハリイ 永田★	17:00 超初心者キックボクシング 照井 純一★	17:00 超初心者ボクシング 笠島 悠平★	17:00 超初心者キックボクシング 北嶋 克矢★			16:00 ダイエットボクシング 笠島 悠平★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 砂山 裕★(無料体験)	16
17	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 フリートレーニング インストラクター不在			17:00 超初心者ボクシング 笠島 悠平★	17:00 超初心者キックボクシング 砂山 裕★	17
18	19:00 超初心者キックボクシング 照井 純一★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 照井 純一★(体験)(中継あり)	19:00 超初心者ボクシング 笠島 悠平★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 北嶋 克矢★(無料体験)	17:50クラス終了 18:00close		18		
19	20:00 有酸素ボクシング 照井 純一★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング ハリイ 永田★(無料体験)	20:00 有酸素ボクシング 照井 純一★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 笠島 悠平★(無料体験)	20:00 初級フィジカル 北嶋 克矢★	★"中継あり"と記載された時間は オンラインでもご視聴いただけます。 ※定点カメラをインストラクターのみが映るよう 設置いたしますが、 ご参加いただいている会員様が映り込んでしま う可能性もございます。あらかじめご了承ください。		19		
20	21:00 超初心者キックボクシング 照井 純一★	21:00 超初心者キックボクシング ハリイ 永田★	21:00 超初心者キックボクシング 照井 純一★	21:00 超初心者ボクシング 笠島 悠平★	21:00 超初心者キックボクシング 北嶋 克矢★			20		
21	30分キックボクシング 照井 純一★	30分キックボクシング ハリイ 永田★	30分キックボクシング 照井 純一★	30分キックボクシング 笠島 悠平★	30分キックボクシング 北嶋 克矢★			21		
22	自由練習 照井 純一★	自由練習 ハリイ 永田★	自由練習 照井 純一★	自由練習 笠島 悠平★	自由練習 北嶋 克矢★			22		
23	22:50クラス終了 23:00 close							23		