



# ★ファイトフィット錦糸町 9月時間割★

2019年2月23日オープン！JR「錦糸町駅」徒歩2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(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 モーニングボクシング 塚原 健二★	7:10 モーニングヨガ chiharu★	7:10 モーニングボクシング 塚原 健二★	7:10 モーニングボクシング 塚原 健二★	7:10 モーニングキックボクシング 平丸 勝基★	<p>※ヨガクラスの時間帯はサンドバック打ち、ミット打ちなどの大きな音の出るトレーニングはご遠慮下さいますようお願い申し上げます。</p> <p>12:00 open 12:10 start</p>		7
8	8:00 初心者ボクシング 塚原 健二★(無料体験)	8:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	8:00 初心者ボクシング 塚原 健二★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 塚原 健二★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 平丸 勝基★(無料体験)			8
9	9:00 超初心者ボクシング 塚原 健二★	9:00 アシュタンヨガ chiharu★	9:00 超初心者ボクシング 塚原 健二★	9:00 超初心者ボクシング 塚原 健二★	9:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)			9
10	10:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★(無料体験)	10:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	10:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★(無料体験)	10:00 グループボクシング 平丸 勝基★(無料体験)			10
11	11:00 ボクシング STEPUPクラス 塚原 健二★	11:00 リラックスヨガ chiharu★(無料体験)	11:00 ボクシング STEPUPクラス 塚原 健二★	11:00 ボクシング STEPUPクラス 塚原 健二★	11:00 キック STEPUPクラス 平丸 勝基★			11
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:10 初心者ボクシング 塚原 健二	12:10 初心者ボクシング 長濱 陸★	12				
13	13:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★(無料体験)	13:00 超寝技初心者 児玉 晃一★	13:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★(無料体験)	13:00 超初心者総合クラス 平丸 勝基★(無料体験)	13:00 有酸素ボクシング 塚原 健二★	13:00 ダイエットボクシング 長濱 陸★	13
14	14:00 超初心者ボクシング 塚原 健二★	14:00 超初心者ボクシング 塚原 健二★	14:00 超初心者護身術 児玉 晃一★	14:00 超初心者ボクシング 塚原 健二★	14:00 アフタヌーンストレッチ 小田 弥生★	14:00 超初心者ボクシング 塚原 健二★	14:00 超初心者ボクシング 長濱 陸★	14
15	15:00 初心者ボクシング 塚原 健二★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 塚原 健二★(無料体験)	15:00 超初心者マット運動 児玉 晃一★	15:00 初心者ボクシング 塚原 健二★(無料体験)	15:00 ジャージdeバレエ 小田 弥生★	15:00 ボクシング STEPUPクラス 塚原 健二★	15:00 ボクシング STEPUPクラス 長濱 陸★	15
16	16:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★	16:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★	16:00 超初心者寝技 児玉 晃一★	16:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★	16:00 初心者ダンス 小田 弥生★	16:00 ダイエットボクシング 塚原 健二★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 長濱 陸★(無料体験)	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 自由練習&ミット2R 塚原 健二★	17:00 自由練習&ミット2R 長濱 陸★	17				
18	18:00 初心者キックボクシング 小島 卓也★	18:00 初心者ボクシング 水津 空良★	18:00 初心者キックボクシング 小島 卓也★	18:00 初心者キックボクシング 水津 空良★	18:00 初心者キックボクシング 水津 空良★	<p>17:45クラス終了 18:00 close</p>		18
19	19:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也★	19:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★	19:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也★	19:00 ダイエットボクシング 水津 空良★	19:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★	<p>※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)</p> <p>※また、人数制限10名までとさせていただきます。予約は不要ですが、万が一一定員に達した際は、次のクラスまでお待ち頂く場合がございます。</p>		19
20	20:00 キック STEPUPクラス 小島 卓也★	20:00 キック STEPUPクラス 水津 空良★	20:00 キック STEPUPクラス 小島 卓也★	20:00 キック STEPUPクラス 水津 空良★	20:00 ボクシング STEPUPクラス 水津 空良★			20
21	21:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★(無料体験)			21
22	22:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也★	22:00 自由練習&ミット2R 水津 空良★	22:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也★	22:00 自由練習&ミット2R 水津 空良★	22:00 自由練習&ミット2R 水津 空良★			22
23	22:45クラス終了 23:00 close							23