



# ★ファイトフィット六本木ステーション 11月時間割★

「六本木駅」改札から30秒！2018年9月18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 7:00~23:00 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 工藤 洋平★	7:10 モーニングキックボクシング 小松 惇史★	7:10 モーニングキックボクシング 漆館 宗太★	7:10 モーニングボクシング 福井 勝也★	7:10 モーニングキックボクシング 浦辺 俊也★(中継あり)	※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。	※ファイトフィットではマスマ パー、タッチゲーム、シャド マスは禁止です。 ※テクニククラスでは、主 に対人(ディフェンスや受け 返し)での練習を行ってい ます。	7
8	8:00 ボクシングSTEP UPクラス 工藤 洋平★	8:00 キック STEPUPクラス 小松 惇史★	8:00 キック STEPUPクラス 漆館 宗太★	8:00 ボクシング STEPUPクラス 福井 勝也★	8:00 キック STEPUPクラス 浦辺 俊也★			8
9	9:00 超初心者ボクシング 工藤 洋平★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 小松 惇史★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 漆館 宗太★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 福井 勝也★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 浦辺 俊也★(中継)			9
10	10:00 ダイエットボクシング 工藤 洋平★	10:00 ダイエットキックボクシング 小松 惇史★	10:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太★	10:00 ダイエットボクシング 福井 勝也★	10:00 ダイエットキックボクシング 浦辺 俊也★			10
11	11:00 初心者ボクシング 工藤 洋平★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 小松 惇史★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 漆館 宗太★(無料体験)	11:00 超初心者ボクシング 福井 勝也★(無料体験)	11:00 超初心者キックボクシング 浦辺 俊也★(無料体験)			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 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 open		
13	13:00 ダイエットボクシング 工藤 洋平★	13:00 ダイエットキックボクシング 小松 惇史★	13:00 キック STEPUPクラス 鈴木 悠花里★	13:00 ダイエットボクシング 福井 勝也★	13:00 コアトレーニングヨガ 鈴木 悠花里★	13:00 初級キックボクシングテクニク 漆館 宗太★	13:00 ダイエットキックボクシング 工藤 洋平★	13
14	14:00 ボクシング STEPUPクラス 工藤 洋平★★	14:00 キック STEPUPクラス 小松 惇史★	14:00 コアトレーニングヨガ 鈴木 悠花里★	14:00 ボクシング STEPUPクラス 福井 勝也★	14:00 レディースキック 鈴木 悠花里★	14:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 工藤 洋平★(無料体験)	14
15	15:00 フローヨガ 鈴木 悠花里★	15:00 初心者キックボクシング 小松 惇史★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 鈴木 悠花里★(無料体験)	15:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★	15:00 キック STEPUPクラス 芹澤 東洋★	15:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太★	15:00 ダイエットボクシング 工藤 洋平★	15
16	16:00 初心者キックボクシング 鈴木 悠花里★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 工藤 洋平★(無料体験)	16:00 初級フィジカル 鈴木 悠花里★	16:00 初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	16:00 初級キックボクシングテクニク 漆館 宗太★	16:00 初級ボクシングテクニク 工藤 洋平★	16
17	17:00 初級フィジカル 鈴木 悠花里★	17:00 ダイエットボクシング 工藤 洋平★	17:00 超初心者キックボクシング 鈴木 悠花里★(無料体験)	17:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	17:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	17:00 キック STEPUPクラス 漆館 宗太★	17:00 ボクシングSTEP UPクラス 工藤 洋平★	17
18	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	17:45クラス終了 18:00close		18
19	19:00 超初心者キックボクシング 鈴木 瑠太★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 工藤 洋平★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)			19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 鈴木 瑠太★	20:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★	20:00 ダイエットボクシング 工藤 洋平★	20:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★	20:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★		※ヨガクラスの時間は サンドバッグの使用及び 自主練習はできません。	20
21	21:00 初心者キックボクシング 鈴木 瑠太★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 工藤 洋平★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)			21
22	30分キックボクシング 鈴木 瑠太★ 自由練習&ミット2R 鈴木 瑠太★	30分キックボクシング 芹澤 東洋★ 自由練習&ミット2R 芹澤 東洋★	22:00 初級ボクシングテクニク 工藤 洋平★	30分キックボクシング 芹澤 東洋★ 自由練習&ミット2R 芹澤 東洋★	30分キックボクシング 芹澤 東洋★ 自由練習&ミット2R 芹澤 東洋★			22
23	22:50クラス終了 23:00 close							23