



# ★ファイトフィット吉祥寺 11月時間割★

2017年12月17日オープン！JR「吉祥寺駅」東口徒歩1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 モーニングキックボクシング 木内 崇雅★	7:10 モーニングボクシング 山口 温志★	7:10 モーニングボクシング 山口 温志★	7:10 モーニングキックボクシング 山井 拓未★	7:10 モーニングキックボクシング 木内 崇雅★	※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。		7	
8	8:00 キック STEPUPクラス 木内 崇雅★	8:00 グループボクシング 山口 温志★	8:00 グループボクシング 山口 温志★	8:00 キック STEPUPクラス 山井 拓未★	8:00 キック STEPUPクラス 木内 崇雅★				8
9	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 木内 崇雅★	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 山口 温志★	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 山口 温志★	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 山井 拓未★	9:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 木内 崇雅★				9
10	10:00 グループキックボクシング 木内 崇雅★	10:00 ボクシングSTEPUPクラス 山口 温志★	10:00 ボクシングSTEPUPクラス 山口 温志★	10:00 グループキックボクシング 山井 拓未★	10:00 グループキックボクシング 木内 崇雅★				10
11	11:00 寝技テクニック 木内 崇雅★	11:00 グループボクシング 山口 温志★	11:00 グループボクシング 山口 温志★	11:00 グループキックボクシング 山井 拓未★	11:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★				11
						12:00 open			
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	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 佐野 椋将★	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 大貫 健一★	12	
13	13:00 ボクシングSTEPUPクラス 山口 温志★	13:00 グループキックボクシング 木内 崇雅★	13:00 ボクシングSTEPUPクラス 山口 温志★	13:00 ボクシングSTEPUPクラス 山口 温志★	13:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 佐野 椋将★	13:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	13:00 グループキックボクシング 大貫 健一★	13	
14	14:00 グループボクシング 山口 温志★	14:00 グループキックボクシング 木内 崇雅★	14:00 グループボクシング 山口 温志★	14:00 グループボクシング 山口 温志★	14:00 キック STEPUPクラス 佐野 椋将★	14:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	14:00 キック STEPUPクラス 大貫 健一★	14	
15	15:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 山口 温志★	15:00 キックSTEPUPクラス 木内 崇雅★	15:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 山口 温志★	15:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 山口 温志★	15:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	15:00 キック STEPUPクラス 佐野 椋将★	15:00 初級フィジカル 大貫 健一★	15	
16	16:00 グループボクシング 山口 温志★	16:00 寝技テクニック 木内 崇雅★	16:00 グループボクシング 山口 温志★	16:00 グループボクシング 山口 温志★	16:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	16:00 グループキックボクシング 佐野 椋将★	16:00 グループキックボクシング 大貫 健一★	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 ボクシングSTEPUPクラス 山口 温志★	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 佐野 椋将★	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 大貫 健一★	17	
18	18:00 有酸素パレエ ASAMI★	18:00 レディースキック 小久江 芽衣★	18:00 グループキックボクシング 大貫 健一★	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 金久保 由騎★	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 大貫 健一★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 小久江 芽衣★(無料体験)	19:00 グループキックボクシング 大貫 健一★	19:00 グループボクシング 山口 温志★	19:00 グループキックボクシング 金久保 由騎★			19	
20	20:00 キック STEPUPクラス 大貫 健一★	20:00 キック STEPUPクラス 小久江 芽衣★	20:00 初級フィジカル 大貫 健一★	20:00 中級パンチテクニック 山口 温志★★	20:00 初級フィジカル 金久保 由騎★			20	
21	21:00 初級フィジカル 大貫 健一★	21:00 グループキックボクシング 小久江 芽衣★	21:00 キック STEPUPクラス 大貫 健一★	21:00 グループボクシング 山口 温志★	21:00 キック STEPUPクラス 金久保 由騎★			21	
22	22:00 自由練習&ミット2R 大貫 健一★	22:00 自由練習&ミット2R 小久江 芽衣★	22:00 自由練習&ミット2R 大貫 健一★	22:00 自由練習&ミット2R 山口 温志★	22:00 自由練習&ミット2R 金久保 由騎★			22	
23	22:45クラス終了 23:00 close							23	