



★ファイトフィット自由が丘 11月時間割★

「自由が丘駅」から徒歩5分！2019年4月7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 福井 勝也★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	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 藤井 重綺★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 小倉 峻★(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13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。		7	
8	8:00 超初心者ボクシング 福井 勝也★(無料体験)	8:00 キック STEP UPクラス 小倉 峻★	8:00 キック STEP UPクラス 新井 一世★	8:00 キック STEP UPクラス 藤井 重綺★	8:00 キック STEP UPクラス 小倉 峻★			8	
9	9:00 ボクシング無料体験 福井 勝也★	9:00 キックボクシング無料体験 小倉 峻★	9:00 キックボクシング無料体験 新井 一世★	9:00 ボクシング無料体験 藤井 重綺★	9:00 キックボクシング無料体験 小倉 峻★			9	
10	10:00 ダイエットボクシング 福井 勝也★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 新井 一世★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 藤井 重綺★	10:00 ダイエットキックボクシング 小倉 峻★(無料体験)			10	
11	11:00 ボクシング STEPUPクラス 福井 勝也★	11:00 超初心者キックボクシング 小倉 峻★	11:00 超初心者キックボクシング 新井 一世★	11:00 超初心者ボクシング 藤井 重綺★	11:00 超初心者キックボクシング 小倉 峻★			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 キックボクシング無料体験 初回体験者優先(嵐士)	12:00 キックボクシング無料体験 初回体験者優先(重吉 史斗)	12	
13	13:00 超初心者ボクシング 福井 勝也★(無料体験)	13:00 初級フィジカル 小倉 峻★	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 超初心者ボクシング makoto★(無料体験)	13:00 初級フィジカル 小倉 峻★	13:00 ダイエットムエタイ 嵐士★	13:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	13	
14	14:00 中級者ボクシング 福井 勝也★★	14:00 超初心者キックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 新井 一世★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング makoto★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 嵐士★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	14	
15	15:00 初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	15:00 キック STEPUPクラス 嵐士★	15:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15	
16	16:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 小倉 峻★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 嵐士★(無料体験)	16:00 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	16	
17	17:00 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	17:00 ボクシング STEPUPクラス 藤井 重綺★	17:00 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	17:00 キック STEP UPクラス 重吉 史斗★	17:00 ボクシング STEPUPクラス 藤井 重綺★	17:00 中級者キックボクシング 嵐士★★	17:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★	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	17:50クラス終了 18:00close		18	
19	19:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	19:00 有酸素キック 藤井 重綺★	19:00 超初心者ボクシング 森 光誠★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	19:00 暗間サーキットボクシング 藤井 重綺★			19	
20	20:00 ダイエットキックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	20:0 超初心者キックボクシング 時岡 孝成★(無料体験)	20:00 ダイエットボクシング 森 光誠★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)			20	
21	21:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 時岡 孝成★(無料体験)	21:00 超初心者ボクシング 森 光誠★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 宇川 徹★(無料体験)			21	
22	30分ヨガ 藤井 重綺★ 自由練習 藤井 重綺★	30分キックボクシング 時岡 孝成★ 自由練習 時岡 孝成★	30分ボクシング 森 光誠★ 自由練習 森 光誠★	30分キックボクシング 重吉 史斗★ 自由練習 重吉 史斗★	30分キックボクシング 宇川 徹★ 自由練習 宇川 徹★			22	
23	22:50クラス終了 23:00 close								23