



★ファイトフィットNAS西葛西 11月時間割★

東西線「西葛西駅」徒歩 1分！ 2020年10月オープン！ 4種類の本格スパ、TV付きタワーサウナ完備

「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10:00～22:00(木曜定休日) 土日10:00～16:00 祝日10:00～18:00

【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	<p>外ターが禁止の施設です。浴場もご利用頂けません。 当ジムのみ、高校生の方からご利用可能です。</p>							7
8								8
9								9
	10:00 open			10:00 open				
10	10:10 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 平丸 勝基★(無料体験)		10:10 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 土井 賢 ★(無料体験)	10
11	11:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)		11:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 土井 賢 ★(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 フリートレーニング インストラクター不在	12
13	13:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 布元寿弥★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基 ★(無料体験)		13:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	13:00 超初心者ボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 土井 賢 ★(無料体験)	13
14	14:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★	14:00 グループボクシング 布元寿弥★(無料体験)	14:00 グループボクシング 平丸 勝基★(無料体験)		14:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 土井 賢★	14
15	15:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 布元寿弥★	15:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★		15:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★	15:00 ダイエットキックボクシング 平丸 勝基★	15:00 ダイエットキックボクシング 土井 賢★(無料体験)	15
16	16:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 布元寿弥 ★	16:00 ダイエットキックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)		16:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	15:45 クラス終了 16:00close		16
17	17:00 中級者キックボクシング 遠藤 駿平★	17:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	17:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)		17:00 中級者キックボクシング 遠藤 駿平★	<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>		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
19	19:00 グループキックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	19:00 グループキックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	19:00グループキックボクシング 布元寿弥★(無料体験)		19:00 超初心者ボクシング 小谷崎徹 ★(無料体験)			19
20	20:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 布元寿弥★(無料体験)		20:00 初心者キックボクシング 小谷崎 徹★(無料体験)	<p>※また、人数制限8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>		20
21	21:00 ダイエットキックボクシング 平丸 勝基★	21:00 ダイエットキックボクシング 平丸 勝基★	21:00 ダイエットキックボクシング 布元寿弥★		21:00 ダイエットキックボクシング 小谷崎 徹 ★			21
22	21:45クラス終了 22:00 close							22

毎週木曜日
NAS西葛西
定休日