



★ファイトフィットNAS西葛西 4月時間割★

東西線「西葛西駅」徒歩1分！ 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							
8	注意事項 (タトゥー禁止、施設も浴場もご利用頂けません。) (館内の裸足移動禁止) (当施設は高校生の方からご利用可能。)						
9							
	10:00 open 10:10クラス開始			10:00 open 10:10クラス開始			
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 雨宮 洸太★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 鈴木 瑠太★(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)	10:00 ボクシング無料体験限定 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)
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 雨宮 洸太★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 鈴木 瑠太★(無料体験)		11:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★	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)
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
13	13:00 キック無料体験限定クラス 遠藤 駿平★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	13:00 護身術 鈴木 瑠太★(無料体験)		13:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★	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)
14	14:00 初心者キックボクシング 遠藤 駿平★	14:00 初級キックテクニック 雨宮 洸太★	14:00 グループボクシング 鈴木 瑠太★(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 初級ボクシングテクニック 平丸 勝基★	14:00 初心者キックボクシング 土井 賢★
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 超初心者ボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 鈴木 瑠太★		15:00 超初心者キックボクシング 遠藤 駿平★(無料体験)	15:00 初級キックテクニック 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)
16	16:00 初心者キックボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	16:00 ダイエットボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 鈴木 瑠太★(無料体験)		16:00 超初心者ボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	15:45 クラス終了 16:00close	
17	17:00 初級キックテクニック 雨宮 洸太★	17:00 初級ボクシングテクニック 金子 虎旦★	17:00 初心者キックボクシング 鈴木 瑠太★(無料体験)		17:00 グループボクシング 金子 虎旦★	※土日のスパ利用は、 18時までとなります。 NASファイト会員を除く	※また、人数制限11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。
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		
19	19:00 超初心者ボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	19:00 グループキックボクシング 水津 空良★(無料体験)		19:00 超初心者ボクシング 金子 虎旦★(無料体験)		
20	20:00 初心者キックボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	20:00 グループボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 水津 空良★(無料体験)		20:00 グループボクシング 金子 虎旦★(無料体験)		
21	21:00 初級キックテクニック 雨宮 洸太★	21:00 ダイエットキックボクシング 金子 虎旦★	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★		21:00 ダイエットキックボクシング 金子 虎旦★		
22	21:45クラス終了 22:00 close						

毎週木曜日
NAS西葛西
定休日