



# ★ファイトフィット錦糸町 4月時間割★

JR「錦糸町駅」徒歩2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 与那覇 康史★	7:10 モーニングヨガ chiharu★	7:10 モーニングキックボクシング 雨宮洗太★	7:10 モーニングキックボクシング 笹川 順平★	7:10 モーニングキックボクシング 雨宮洗太★	<p>※ヨガクラスの時間帯はサンドバック打ち、ミット打ちなどの大きな音の出るトレーニングはご遠慮下さいますようお願い申し上げます。</p> <p>12:00 open 12:10 start</p>		7		
8	8:00 有酸素キック 【NEW】YONA★	8:00 骨盤調整ヨガ chiharu★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 雨宮洗太★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 笹川 順平★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 雨宮洗太★(無料体験)			8		
9	9:00 ダイエットキックボクシング 与那覇 康史★	9:00 アシュタンヨガ chiharu★	9:00 初級キックテクニック 雨宮洗太★	9:00 ダイエットキックボクシング 笹川 順平★(無料体験)	9:00 初級キックテクニック 雨宮洗太★			9		
10	10:00 初心者キックボクシング 与那覇 康史★(無料体験)	10:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	10:00 初心者キックボクシング 雨宮洗太★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 笹川 順平★(無料体験)	10:00 初心者キックボクシング 雨宮洗太★(無料体験)			10		
11	11:00 KICK OUT 【NEW】YONA★	11:00 リラックスヨガ chiharu★(無料体験)	11:00 初級キックテクニック 雨宮洗太★	11:00 超初心者総合クラス 笹川 順平★(無料体験)	11:00 自由練習&ミット2R 雨宮洗太★(★)			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			12:10 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★(無料体験)	12:10 超初心者キックボクシング 与那覇 康史★	12
13	13:00 超初心者キックボクシング 与那覇 康史★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 与那覇 康史★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 雨宮洗太★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 笹川 順平★(無料体験)	13:00 超初心者総合クラス 平丸 勝基★(無料体験)			13:00 ダイエットキックボクシング 漆原 季亮★	13:00 有酸素キック 【NEW】YONA★	13
14	14:00 ダイエットキックボクシング 与那覇 康史★	14:00 ダイエットキックボクシング 与那覇 康史★	14:00 初心者キックボクシング 雨宮洗太★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 笹川 順平★	14:00 アフタヌーンストレッチ 小田 弥生★			14:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮★(無料体験)	14:00 ダイエットキックボクシング 与那覇 康史★	14
15	15:00 初心者キックボクシング 与那覇 康史★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 与那覇 康史★(無料体験)	15:00 初級キックテクニック 雨宮洗太★	15:00 初級キックテクニック 笹川 順平★	15:00 ジャージdeバレエ 小田 弥生★(無料体験)			15:00 キック STEPUPクラス 漆原 季亮★	15:00 初心者キックボクシング 与那覇 康史★	15
16	16:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也★	16:00 自由練習&ミット2R 与那覇 康史★	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 初心者ダンス 小田 弥生★(無料体験)			16:00 初級キックテクニック 漆原 季亮★	16:00 KICK OUT 【NEW】YONA★(無料体験)	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 超初心者キックボクシング 小島 卓也★	17:00 初心者ボクシング 水津 空良★	17:00 フリートレーニング インストラクター不在			17:00 自由練習&ミット2R 漆原 季亮★	17:00 自由練習&ミット2R 与那覇 康史★	17
18	18:00 初心者キックボクシング 小島 卓也★(無料体験)	18:00 初心者ボクシング 水津 空良★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 小島 卓也★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 水津 空良★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 水津 空良★(無料体験)	<p>17:45クラス終了 18:00 close</p> <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)) ※また、人数制限14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。</p>		18		
19	19:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也★	19:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★	19:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也★	19:00 ダイエットボクシング 水津 空良★	19:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★			19		
20	20:00 初級キックテクニック 小島 卓也★	20:00 初心者キックボクシング 水津 空良★	20:00 初級キックテクニック 小島 卓也★	20:00 初心者キックボクシング 水津 空良★	20:00 初心者ボクシング 水津 空良★			20		
21	21:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 小島 卓也★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 水津 空良★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★(無料体験)			21		
22	22:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也★	22:00 自由練習&ミット2R 水津 空良★	22:00 自由練習&ミット2R 小島 卓也★	22:00 自由練習&ミット2R 水津 空良★	22:00 自由練習&ミット2R 水津 空良★			22		
23	22:45クラス終了 23:00 close							23		

