



★ファイトフィット津田沼 5月時間割★

JR「津田沼駅」徒歩1分！2018年9月1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 アシュタンガヨガ chiharu★	7:10 モーニングキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	7:10 アシュタンガヨガ chiharu★	7:10 アシュタンガヨガ chiharu★	7:10 アシュタンガヨガ chiharu★	※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15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 骨盤調整ヨガ chiharu★	8:00 キック STEPUPクラス 湯本 和真★	8:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	8:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	8:00 骨盤調整ヨガ chiharu★		8	
9	9:00 キック STEPUPクラス chiharu★	9:00 キック無料体験者優先クラス 湯本 和真★	9:00 キック STEPUPクラス chiharu★	9:00 キック STEPUPクラス chiharu★	9:00 キック STEPUPクラス chiharu★		9	
10	10:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)		10	
11	11:00 30分ヨガ chiharu★ 自由練習&ミット2R chiharu★	11:00 中級キックテクニク 湯本 和真★★	11:00 30分ヨガ chiharu★ 30分キックボクシング chiharu★	11:00 30分ヨガ chiharu★ 自由練習&ミット2R chiharu★	11:00 30分ヨガ chiharu★ 自由練習&ミット2R chiharu★		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 open 12:10クラス開始	12
13	13:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング chiharu★(無料体験)	13:00 ストレッチ&ダイエット 関本 美恵★	13:00 上級フィジカル 吉田 貴幸★★★	13:00 燃焼HIT 星野 公彌★★ 自由練習&ミット2R ★	13
14	14:00 超初心者キックボクシング 星野 公彌★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	14:00 骨盤調整ヨガ chiharu★	14:00 ヨガ 関本 美恵★	14:00 超初心者キックボクシング 吉田 貴幸★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 星野 公彌★(無料体験)	14
15	15:00 キック STEPUPクラス 星野 公彌★	15:00 ボクシング STEPUPクラス 杉田 大樹★	15:00 ボクシング STEPUPクラス 湯本 和真★	15:00 リラックスヨガ chiharu★	15:00 ストレッチ&ダイエット 関本 美恵★	15:00 ボクシング STEPUPクラス 吉田 貴幸★	15:00 キック STEPUPクラス 星野 公彌★	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 星野 公彌★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真★	16:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真★	16:00 ヨガ 関本 美恵★	16:00 ダイエットキックボクシング 吉田 貴幸★(無料体験)	16:00 ダイエットキックボクシング 星野 公彌★(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 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 中級キックテクニク 吉田 貴幸★★	17:00 中級キックテクニク 星野 公彌★★	17
18	18:00 超初心者キック(体験優先) 星野 公彌★	18:00 超初心者キック(体験優先) 杉田 大樹★	18:00 超初心者キック(体験優先) 湯本 和真★	18:00 超初心者キック(体験優先) 杉田 大樹★	18:00 超初心者キック(体験優先) 森田 智紀★	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 星野 公彌★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 森田 智紀★(無料体験)	※テクニククラスは、 ディフェンス練習をメインにした対人練習です。 ※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。		19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 星野 公彌★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 湯本 和真★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 森田 智紀★(無料体験)			20
21	21:00 中級キックテクニク 星野 公彌★★	21:00 ダイエットキックボクシング 杉田 大樹★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	21:00 中級キックテクニク 杉田 大樹★★	21:00 超初心者キックボクシング 森田 智紀★(無料体験)			21
22	自由練習&ミット2R 星野 公彌★	自由練習&ミット2R 杉田 大樹★	自由練習&ミット2R 湯本 和真★	自由練習&ミット2R 杉田 大樹★	自由練習&ミット2R 森田 智紀★			22
23	22:45クラス終了 23:00 close							23