



★ファイトフィット自由が丘 7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 心拍数★(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 モーニングボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)	※人数制限16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 心拍数★	8:00 キック STEP UPクラス 新井 一世★	8:00 超初心者ボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)	8:00 超初心者ボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)			8	
9	9:00 初心者ボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★	9:00 超初心者キックボクシング 新井 一世★	9:00 初心者ボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)	9:00 初心者ボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)			9	
10	10:00 ダイエットボクシング 藤井 重綺★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 藤井 重綺★(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 秋山 泰幸★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)			10	
11	11:00 ボクシング STEPUPクラス 藤井 重綺★	11:00 超初心者キックボクシング 藤井 重綺★	11:00 超初心者キックボクシング 新井 一世★	11:00 ボクシング STEPUPクラス 秋山 泰幸★	11:00 ボクシング STEPUPクラス 秋山 泰幸★			12:00 open 12:10クラス開始	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キック ボクシング体験限定 ★	12:10 初心者キックボクシング 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 心拍数★	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 ダイエットボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)	13:00 初級フィジカル 小倉 心拍数★	13:00 ダイエットキックボクシング ★	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 心拍数★(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 超初心者ボクシング 秋山 泰幸★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 小倉 心拍数★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング ★	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 心拍数★(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 小倉 心拍数★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング ★	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 心拍数★(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 キック STEP UPクラス 小倉 心拍数★	16:00 キック STEP UPクラス ★	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 フリートレーニング インストラクター不在	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 フリートレーニング インストラクター不在	30分キックボクシング ★ 自由練習&ミット2R ★	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 ボクシング STEPUPクラス 藤井 重綺★	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 ダイエットキックボクシング 小倉 心拍数★	17:45クラス、フリー終了 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 超初心者キックボクシング 松山 和弘★(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 超初心者キックボクシング 小倉 心拍数★(無料体験)	※体験限定クラスは通常レッスン無しとなります		19	
20	20:00 ダイエットキックボクシング 佐田 貴章★(無料体験)	20:00 超初心者キックボクシング 時岡 孝成★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 松山 和弘★(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 小倉 心拍数★(無料体験)			20	
21	21:00 超初心者キックボクシング 佐田 貴章★(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 超初心者キックボクシング 松山 和弘★(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分中級キック 藤井 重綺★★★ 自由練習&ミット2R 佐田 貴章★	30分キックボクシング 時岡 孝成★ 自由練習&ミット2R 時岡 孝成★	30分キックボクシング 松山 和弘★ 自由練習&ミット2R 松山 和弘★	30分キックボクシング 重吉 史斗★ 自由練習&ミット2R 重吉 史斗★	30分キックボクシング 宇川 徹★ 自由練習&ミット2R 宇川 徹★			22	
23	22:45クラス終了 23:00 close								23

★ファイトフィット自由が丘 記載事項★

【注意事項】

- ・(中継あり)と記載された時間はオンラインでもご視聴いただけます。
- ※定点カメラをインストラクターのみが映るように設置しますが、ご参加頂いている会員様が映り込んでしまう可能性もございます。あらかじめご了承ください。
- ・ファイトフィット店では、マスパーリングを含むスパーリングは禁止です。対人練習を行う場合はインストラクターの管理のもと行ってください。
- ・コロナウイルス感染予防の為、おひとり様1時間滞在、1クラス45分間、人数制限13名までとさせていただきます。(制限人数に達していない場合は練習可能です) 予約は不要ですが、万が一、定員に達した場合は、次のクラスまでお待ちいただく場合がございます。
- ・ファイトフィット店では、マスパーリングを含むスパーリングは禁止です。対人練習を行う場合はインストラクターの管理のもと行ってください。

【ステップアップクラス日程】

月曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

火曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

水曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

木曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

金曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

土曜 第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4

日曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

【勤務スタッフ、パーソナル日程】

※オンラインクラスは、トイカツ道場のラインアプリからのみ、ご予約が可能です。

パーソナルレッスンは平日7:00~19:00のみですが、個別の対応可能時間・店舗・競技は、LINEアプリのパーソナルレッスンの各インストラクターの項目からご確認ください。

※お値段は、《30分3,300円、60分6,600円、90分9,900円、120分13,200円(税込)》の中から選択が可能です。

お支払いはクレジットカードのみです。現金、電子マネーなどのお支払いはできません。

◇担当者名 対応可能競技名・対応可能曜日・時間等の詳細は LINEアプリにてご確認ください。

新井 一世 照井 純一

石谷 隆嘉 遠藤 駿平

宇川 徹 森口 裕司

重吉 史斗