



★ファイトフィット自由が丘 10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 ボクシング無料体験限定 藤井 重綺★	9:00 超初心者キックボクシング 小倉 心拍数★(無料体験)	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 小倉 心拍数★(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 小倉 心拍数★	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★				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 超初心者ボクシング 森 光誠★(無料体験)	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 ダイエットキックボクシング 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 ダイエットキックボクシング 石川 奈未★	13:00 ボクシング STEPUPクラス 森 光誠★	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 初級フィジカル 小倉 心拍数★	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 石川 奈未★	14:00 ダイエットボクシング 森 光誠★(無料体験)	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 石川 奈未★	15:00 初心者ボクシング 森 光誠★(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	
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 ★(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 石川 奈未★	16:00 超初心者ボクシング 森 光誠★(無料体験)	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	17:00 初心者ボクシング 森 光誠★	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 石川 奈未★	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 石川 奈未★	---		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 石川 奈未★			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	22:00 30分中級キック藤井 重綺★★ 自由練習&ミット2R 佐田 貴章★	22:00 30分キック 時岡 孝成★ 自由練習&ミット2R 時岡 孝成★	22:00 30分キック 松山 和弘★ 自由練習&ミット2R 松山 和弘★	22:00 30分キック 重吉 史斗★ 自由練習&ミット2R 重吉 史斗★	22:00 30分キック 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	