



★ファイトフィット中目黒 11月時間割★

日比谷線・東横線「中目黒駅」から徒歩4分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！

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・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 ★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング ★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 森口 裕司★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 森口 裕司★(無料体験)	<p>※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 対人練習を行う場合は、必ずインストラクター の管理のもと行ってください。</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)</p> <p>※また、人数制限 12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> <p style="text-align: center;">12:00 open 12:10 start</p>		7
8	8:00 超初心者キックボクシング ★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング ★(無料体験)	8:00 超初心者ボクシング 森口 裕司★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 森口 裕司★(無料体験)			8
9	9:00 超初心者キックボクシング ★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング ★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 森口 裕司★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	9:00 超初心者キックボクシング 森口 裕司★(無料体験)			9
10	10:00 ダイエットキックボクシング ★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング ★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 森口 裕司★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 瀧澤 亮★(無料体験)			10
11	11:00 キックSTEPUPクラス ★	11:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 ★	11:00 中級ボクシングテクニック 森口 裕司★★	11:00 初級キックボクシングテクニック 室崎 憲昭★	11:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 瀧澤 亮★			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STEPUPクラス 重吉 史斗★	12:10 ボクシングSTEPUPクラス ★	12
13	13:00 ダイエットボクシング ★	13:00 ダイエットキックボクシング 平山 恵★(無料体験)	13:00 コアフローヨガ 悠花★	13:00 ダイエットキックボクシング 石川 奈未★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 瀧澤 亮★(無料体験)	13:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング ★(無料体験)	13
14	14:00 超初心者ボクシング ★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 平山 恵★(無料体験)	14:00 ベーシックピラティス 悠花★	14:00 超初心者キックボクシング 石川 奈未★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 瀧澤 亮★(無料体験)	14:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 重吉 史斗★	14:00 超初心者ボクシング ★(無料体験)	14
15	15:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 森口 裕司★	15:00 ダイエットキックボクシング 平山 恵★(無料体験)	15:00 ヴィンヤサヨガ 悠花★	15:00 ダイエットキックボクシング 石川 奈未★(無料体験)	15:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	15:00 ダイエットキックボクシング 重吉 史斗★(無料体験)	15:00 ダイエットボクシング ★(無料体験)	15
16	16:00 超初心者キックボクシング 森口 裕司★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 平山 恵★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	16:00 超初心者ボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	16:00 初級キックボクシングテクニック 重吉 史斗★	16:00 中級ボクシングテクニック ★★	16
17	17:00 キックSTEPUPクラス 森口 裕司★	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STEPUPクラス 芹澤 東洋★	17:00 ボクシングSTEPUPクラス 金子 虎旦★	17:00 キックSTEPUPクラス 芹澤 東洋★	17:00 30分キックボクシング 重吉 史斗★ 17:30 自由練習&ミット 重吉 史斗★	17:00 30分ボクシング ★ 17:30 自由練習&ミット ★	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 キックSTEPUPクラス 室崎 憲昭★	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	17:45クラス終了 18:00close		18
19	19:00 ダイエットムエタイ ハリイ 永田★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(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 超初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)			19
20	20:00 有酸素ボクシング ハリイ 永田★	20:00 初心者キックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)			20
21	21:00 ダイエットムエタイ ハリイ 永田★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 室崎 憲昭★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	21:00 ダイエットボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 芹澤 東洋★(無料体験)	<p>※有酸素ボクシング、サーキットボクシングクラス、 ヨガクラスの際はサンドバックなどの 大きな音がでるトレーニングはご遠慮くださいませ。 ※テクニッククラスでは対人練習で男女でペアを 組む場合がございます。予めご了承ください。 ご理解、ご協力お願いします。</p>		21
22	22:00 30分ムエタイ ハリイ 永田★ 22:30 自由練習&ミット ハリイ 永田★	22:00 30分キックボクシング 室崎 憲昭★ 22:30 自由練習&ミット 室崎 憲昭★	22:00 30分キックボクシング 芹澤 東洋★ 22:30 自由練習&ミット 芹澤 東洋★	22:00 30分ボクシング 金子 虎旦★ 22:30 自由練習&ミット 金子 虎旦★	22:00 30分キックボクシング 芹澤 東洋★ 22:30 自由練習&ミット 芹澤 東洋★			22
23	22:45クラス終了 23:00close							23

★ファイトフィット中目黒 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。

・コロナウィルス感染予防の為、おひとり様1時間滞在、1クラス45分間人数制限12名までとさせていただきます。
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 ・11:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

火曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

水曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

木曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

金曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level.4)

土曜 ・12:10(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

日曜 ・12:10(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

【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、電子マネーなどでのお支払いはできません。

◇担当者名