



# ★ファイトフィット下北沢 1月時間割★

京王線下北沢駅西口から徒歩2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 吉越 博司★(無料体験)	7:10 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	7:10 初心者ボクシング 鳥羽 潤★	7:10 初心者ボクシング 瀬下 鉄弥★	7:10 モーニングキックボクシング ★(無料体験)	※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。  <b>無料体験実施中！！</b> <b>体験予約はWEBから！！</b>		7
8	8:00 超初心者キックボクシング 吉越 博司★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	8:00 初心者ボクシング 鳥羽 潤★	8:00 初心者ボクシング 瀬下 鉄弥★	8:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)			8
9	9:00 キック STEPUPクラス 吉越 博司★	9:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	9:00 ボクシング STEP UPクラス 鳥羽 潤★	9:00 ボクシング STEP UPクラス 瀬下 鉄弥★	9:00 キック STEPUPクラス ★			9
10	10:00 ダイエットキックボクシング 吉越 博司★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	10:00 初心者ボクシング 鳥羽 潤★	10:00 初心者ボクシング 瀬下 鉄弥★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング ★(無料体験)			10
11	11:00 ダイエットキックボクシング 吉越 博司★(無料体験)	11:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 鳥羽 潤★	11:00 初心者ボクシング 瀬下 鉄弥★	11:00 初心者キックボクシング ★(体験優先)			11
12	12:00 超初心者キックボクシング 吉越 博司★	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 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 田村 健悟★	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 田村 健悟★	12
13	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 ボクシング STEP UPクラス 尾崎 誠哉★	13:00 ダイエットボクシング 鳥羽 潤★	13:00 ダイエットボクシング 瀬下 鉄弥★	13:00 ダイエットキックボクシング 昇侍★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 田村 健悟★	13:00 初心者キックボクシング 田村 健悟★	13
14	14:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	14:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	14:00 初心者ボクシング 鳥羽 潤★	14:00 初心者ボクシング 瀬下 鉄弥★(無料体験)	14:00 超初心者キックボクシング 昇侍★(無料体験)	14:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟★(無料体験)	14:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟★(無料体験)	14
15	15:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 鳥羽 潤	15:00 初心者ボクシング 瀬下 鉄弥★	15:00 ダイエットキックボクシング 昇侍★(無料体験)	15:00 キック STEPUPクラス 田村 健悟★	15:00 キック STEPUPクラス 田村 健悟★	15
16	16:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	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 ダイエットボクシング ★(無料体験)	16:00 超初心者キックボクシング 昇侍★(無料体験)	16:00 中級者キックボクシング 田村 健悟★★	16:00 中級者キックボクシング 田村 健悟★★	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 初心者キックボクシング 山北 湊人★(無料体験)	17:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	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 自由練習&ミット2R 田村健悟★	17:00 自由練習&ミット2R 田村健悟★	17
18	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 尾崎 誠哉★	18:00 ダイエットキックボクシング 山北 湊人★(無料体験)	18:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 田村 健悟★	18:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 尾崎 誠哉★	<b>17:45クラス終了 18:00close</b>		18
19	19:00 超初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 山北 湊人★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟★	19:00 ダイエットキックボクシング 尾崎 誠哉★	※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 <b>12名</b> 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。		19
20	20:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	20:00 超初心者総合 山北 湊人★	20:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	20:00 中級者キックボクシング 田村 健悟★★	20:00 中級者キックボクシング 尾崎 誠哉★★			20
21	21:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 山北 湊人★(無料体験)	21:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 小柳 武史★	21:00 初心者キックボクシング 尾崎 誠哉★			21
22	22:00 自由練習&ミット2R ★	22:00 自由練習&ミット2R 山北 湊人★	22:00 自由練習&ミット2R 尾崎 誠哉★	22:00 自由練習&ミット2R 小柳 武史★	22:00 自由練習&ミット2R 尾崎 誠哉★			22
23	<b>22:45クラス終了 23:00close</b>							23



**田村 健悟**

1994年2月20日(27)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:キックボクシング2年  
きつくてしっかり追い込みたい方



**瀬下 鉄弥**

1993/2/20  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング15年  
基本的な動作を丁寧に指導します!



**尾崎 誠哉**

1997年2月10日(24)  
指導クラス:ボクシング  
闘技歴:ボクシング12年国体3位プロ7戦4勝2敗1分  
格闘技で日本を健康に!



**昇侍**

1983年4月24日(38)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:総合格闘技10年  
基礎代謝を挙げて強く健康な身体作り



**山北 溪人**

1996年8月4日(25)  
指導クラス:  
格闘技歴:レスリング13年プロ戦績6戦6勝  
格闘技で日本を健康に!

# ★ファイトフィット下北沢 記載事項★

## 【注意事項】

- ・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** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**火曜** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**水曜** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**木曜** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**金曜** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**土曜** ・8:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**日曜** ・8:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4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、電子マネーなどでのお支払いはできません。

### ◇担当者名

漆原 季亮:・月曜『西日暮里 (12時～13時)北千住 (12時～13時』・火曜『西日暮里』

遠藤 駿平:火曜(西日暮里、12時～13時)