



★ファイトフィット蒲田 1月時間割★

JR「蒲田駅」から徒歩1分！2019年3月27日オープン！
まるまる0円プラン！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 モーニングキックボクシング 岡本 真★	7:10 モーニングキックボクシング 小谷崎 徹★	7:10 モーニングキックボクシング 岡本 真★	7:10 モーニングキックボクシング 菱沼 郷★	7:10 モーニングキックボクシング 新井 一世★	※土日の無料体験(初回体験者限定)クラスは、 一般のクラスは実施しておりませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。 ※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。		7	
8	8:00 ボクシング STEP UPクラス 岡本 真★	8:00 ボクシング STEP UPクラス 小谷崎 徹★	8:00 ボクシング STEP UPクラス 岡本 真★	8:00 ボクシング STEP UPクラス 菱沼 郷★	8:00 ボクシング STEP UPクラス 新井 一世★				8
9	9:00 初心者キックボクシング 岡本 真★(無料体験)	9:00 ダイエットキックボクシング 小谷崎 徹★	9:00 初心者キックボクシング 岡本 真★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	9:00 初心者キックボクシング 新井 一世★(無料体験)				9
10	10:00 ダイエットキックボクシング 岡本 真★	10:00 初心者キックボクシング 小谷崎 徹★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 岡本 真★	10:00 ダイエットキックボクシング 菱沼 郷★	10:00 ダイエットキックボクシング 新井 一世★				10
11	11:00 初心者ボクシング 岡本 真★(無料体験)	11:00 ダイエットキックボクシング 小谷崎 徹★	11:00 初心者ボクシング 岡本 真★(無料体験)	11:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	11:00 初心者ボクシング 新井 一世★(無料体験)				11
							12:00 open 12:10 start		
12	12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 初心者キックボクシング 小谷崎 徹★(無料体験)	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 ボクシング無料体験 初回体験者限定 加来 涼太★	12:10 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 ★	12
13	13:00 初心者キックボクシング 岡本 真★(無料体験)	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 初心者キックボクシング 岡本 真★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷★(無料体験)	13:00 初心者キックボクシング 新井 一世★(無料体験)		13:00 ボクシング STEPUPクラス 加来 涼太★	13:00 初心者キックボクシング ★	13
14	14:00 ダイエットボクシング 岡本 真★	14:00 ダイエットキックボクシング 横山 英隆★	14:00 ダイエットキックボクシング 岡本 真★	14:00 ダイエットキックボクシング 菱沼 郷★	14:00 ダイエットキックボクシング 新井 一世★		14:00 ダイエットボクシング 加来 涼太★(無料体験)	14:00 キック STEP UPクラス ★	14
15	15:00 初心者キックボクシング 岡本 真★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 横山 英隆★(無料体験)	15:00 初心者キックボクシング 岡本 真★(無料体験)	15:00 初心者総合 千葉 皓敬★	15:00 初心者ボクシング 西田 浩樹★(無料体験)		15:00 初心者ボクシング 加来 涼太★	15:00 ダイエットキックボクシング ★	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング ★	16:00 ダイエットキックボクシング 横山 英隆★	16:00 ダイエットボクシング ★	16:00 初心者寝技 千葉 皓敬★	16:00 ダイエットキックボクシング 西田 浩樹★		16:00 超初心者ボクシング 加来 涼太★(無料体験)	16:00 中級ボクシング ★★	16
17	17:00 キック STEP UPクラス ★	17:00 キック STEP UPクラス 横山 英隆★	17:00 キック STEP UPクラス ★	17:00 キック STEP UPクラス 千葉 皓敬★	17:00 キック STEP UPクラス 西田 浩樹★	17:00 自由練習&ミット2R 加来 涼太★	17:00 自由練習&ミット2R ★	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 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	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 18:00 close		18	
19	19:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング ★	19:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング 千葉 皓敬★	19:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)	※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 13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。		19	
20	20:00 ダイエットキックボクシング ★	20:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング ★	20:00 超寝技初心者 千葉 皓敬★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング ★			20	
21	21:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング ★	21:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)	21:00 初心者寝技 千葉 皓敬★	21:00 初心者キックボクシング ★(無料体験)			21	
22	22:00 自由練習&ミット2R ★	22:00 自由練習&ミット2R ★	22:00 自由練習&ミット2R ★	22:00 自由練習&ミット2R 千葉 皓敬★	22:00 自由練習&ミット2R ★			22	
23	22:45クラス終了 23:00 close								23



菱沼 郷

1978年9月19日(43)

指導クラス:キックボクシング、総合

競技歴:総合格闘技15年

強く健康で幸せになりましょう！



岡本 真

指導クラス:ボクシング、キックボクシング

格闘技歴:ボクシング10年、キックボクシング5年

皆に楽しいと思ってもらえるクラスを目指してます



新井 一世

1982年8月19日(39)

指導クラス:ボクシング、ムエタイ

格闘技歴:12年

ニーズにあった指導をしていきます！



西田 浩樹

1998年8月8日(23)

指導クラス:キックボクシング

キックボクシング歴:10年

ニーズに合った指導をしていきます！

★ファイトフィット蒲田 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。

【ステップアップクラス日程】

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

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

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

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

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

【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。