



# ★ファイトフィット北千住 3月時間割★

JR「北千住駅」徒歩6分！2019年5月1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 モーニングキックボクシング 湯本 和真★(無料体験)	7:10 モーニングキック 漆原 季亮★(無料体験)	7:10 モーニングキック 漆原 季亮★(無料体験)	7:10 初心者ボクシング 塚原 健二★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 瀬下 鉄弥★	※ファイトフィットはマスパーは禁止です。 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。  無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！  12:00 open 12:10 start		7
8	8:00 超初心者キックボクシング 湯本 和真★	8:00 ダイエットキックボクシング 漆原 季亮★	8:00 キック STEP UPクラス 漆原 季亮★	8:00 ボクシング STEPUPクラス 塚原 健二★	8:00 ダイエットボクシング 瀬下 鉄弥★			8
9	9:00 キック STEPUPクラス 湯本 和真★	9:00 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★	9:00 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★	9:00 初心者ボクシング 塚原 健二★	9:00 超初心者ボクシング 瀬下 鉄弥★			9
10	10:00 キックボクシング無料体験限定 湯本 和真★	10:00 キックボクシング無料体験限定 漆原 季亮★	10:00 キックボクシング無料体験限定 漆原 季亮★	10:00 ボクシング無料体験限定 塚原 健二★(無料体験)	10:00 ボクシング無料体験限定 瀬下 鉄弥★(無料体験)			10
11	11:00 ダイエットキックボクシング 湯本 和真★	11:00 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★	11:00 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★	11:00 超初心者ボクシング 塚原 健二★(無料体験)	11:00 超初心者ボクシング 瀬下 鉄弥★			11
12	12:00 超初心者キックボクシング 湯本 和真★(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 初心者ボクシング 塚原 健二★(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	12:10 ボクシング無料体験限定 初回体験者限定 矢代 明博★	12:10 ボクシング無料体験限定 初回体験者限定 ★	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 矢代 明博★	13:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太★	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太★	13:00 超初心者ボクシング 矢代 明博★	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 矢代 明博★	14:00 ダイエットボクシング 矢代 明博★	14:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太★	14:00 ダイエットキックボクシング 漆原 季亮★	14:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太★(無料体験)	14:00 ボクシング STEP UPクラス 矢代 明博★	14:00 初心者ボクシング	14
15	15:00 初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)	15:00 初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)	15:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太★	15:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮★	15:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太★	15:00 ダイエットボクシング 矢代 明博★	15:00 ダイエットキックボクシング ★	15
16	16:00 ダイエットボクシング 矢代 明博★	16:00 初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太★(無料体験)	16:00 中級者キックテクニク 漆原 季亮★★	16:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)	16:00 ボクシング STEP UPクラス ★	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 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 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 矢代 明博★	17:00 ダイエットキックボクシング ★	17
18	18:00 ボクシング STEP UPクラス 矢代 明博★	18:00 グループボクシング 矢代 明博★(無料体験)	18:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太★	18:00 グループボクシング 土井 賢★	18:00 超初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)	17:45クラス終了 18:00close		18
19	19:00 超初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)	19:00 超初心者ボクシング 矢代 明博★	19:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 土井 賢★(体験優先)	19:00 ボクシング STEP UPクラス 矢代 明博★	※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、 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 矢代 明博★	20:00 ダイエットボクシング 矢代 明博★	20:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太★	20:00 グループキックミット 土井 賢★	20:00 ダイエットボクシング 矢代 明博★			20
21	21:00 初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)	21:00 初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)	21:00 グループキック 漆館 宗太★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 土井 賢★(体験優先)	21:00 初心者ボクシング 矢代 明博★(無料体験)			21
22	22:00 自由練習&ミット2R 矢代 明博★	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 土井 賢★	22:00 自由練習&ミット2R 矢代 明博★			22
23	22:45クラス終了 23:00 close							23



### 矢代 明博

1994年6月23日(27)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング15年プロ2勝5敗2分  
ボクシングを皆様で楽しみましょう



### 瀬下 鉄弥

1993年2月20日(28)  
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！



### 塚原 健二

1983年12月8日(38)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:10年  
ボクシングの楽しさを伝えていきます！



### 漆原 季亮

1989年3月2日(32)  
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10年プロ1勝1敗  
キックボクシングの基礎を丁寧に教えます



### 湯本 和真

1996年2月5日(25)  
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7年、キックボクシング3年  
楽しく格闘技しましょう！！



### 漆館 宗太

1985年3月28日(36)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:空手二段 総合格闘技18年  
初めての方にも分かりやすくレッスンします

# ★ファイトフィット北千住 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。
- ・ベリーダンスの時間は、サンドバッグ、ミット、縄跳びのような、大きな音のする練習は禁止です。大きな音、声を出さなければ、シャドーや筋トレ、ストレッチ等の練習は可能です。

## 【ステップアップクラス日程】

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

火曜	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	水曜	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
----	----	---

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

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

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

日曜	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、電子マネーなどで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。