



# ★ファイトフィット池袋東口 5月時間割★

JR「池袋駅」東口徒歩3分に2017年9月15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

【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 堀川 龍★	7:10 モーニングキックボクシング 児玉 晃一★	7:10 モーニングキックボクシング 伊藤 力也★	7:10 モーニングキックボクシング 堀川 龍★	7:10 モーニングボクシング 高根 秀寿★	※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20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。 ※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。		7
8	8:00 初心者キックボクシング 堀川 龍★(体験優先)	8:00 初心者キックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	8:00 初心者キックボクシング 伊藤 力也★(体験優先)	8:00 初心者キックボクシング 堀川 龍★(体験優先)	8:00 初心者ボクシング 高根 秀寿★(体験優先)			8
9	9:00 ダイエットキックボクシング 堀川 龍★	9:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★	9:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 力也★	9:00 ダイエットキックボクシング 堀川 龍★	9:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿★			9
10	10:00 超初心者キックボクシング 堀川 龍★(体験優先)	10:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	10:00 超初心者キックボクシング 伊藤 力也★(体験優先)	10:00 超初心者キックボクシング 堀川 龍★(体験優先)	10:00 超初心者ボクシング 高根 秀寿★(体験優先)			10
11	11:00 キック STEPUPクラス 堀川 龍★★	11:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★★	11:00 キック STEPUPクラス 伊藤 力也★★	11:00 キック STEPUPクラス 堀川 龍★★	11:00 ボクシング STEP UPクラス 高根 秀寿★★			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	12:00 open 12:10 start		12
13	13:00 超初心者ボクシング 野呂 宗弘★(体験優先)	13:00 超初心者ボクシング 野呂 宗弘★(体験優先)	13:00 超初心者キックボクシング 伊藤 力也★(体験優先)	13:00 超初心者キックボクシング 堀川 龍★(体験優先)	13:00 超初心者キックボクシング 伊藤 力也★(体験優先)	13:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★★	13:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★★	13
14	14:00 ダイエットボクシング 野呂 宗弘★	14:00 ダイエットボクシング 野呂 宗弘★	14:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★	14:00 ダイエットキックボクシング 堀川 龍★	14:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 力也★	14:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	14:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	14
15	15:00 超初心者ボクシング 野呂 宗弘★(体験優先)	15:00 超初心者ボクシング 野呂 宗弘★(体験優先)	15:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	15:00 超初心者キックボクシング 堀川 龍★(無料体験)	15:00 超初心者キックボクシング 伊藤 力也★(体験優先)	15:00 寝技初心者 児玉 晃一★	15:00 超初心者総合 児玉 晃一★	15
16	16:00 ダイエットボクシング 野呂 宗弘★	16:00 ダイエットボクシング 野呂 宗弘★	16:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★	16:00 ダイエットキックボクシング ★	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 超初心者総合 児玉 晃一★	16:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★	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 超初心者ボクシング 野呂 宗弘★(体験優先)	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 初心者キックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 児玉 晃一★	17:00 キックボクシング無料体験 初回体験者限定 児玉 晃一★	17
18	18:00 超初心者キックボクシング 波田 大和★(体験優先)	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	18:00 ダイエットボクシング 波田 大和★(体験優先)	18:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★★	17:45クラス終了 18:00 close		18
19	19:00 キック STEPUPクラス 波田 大和★★	19:00 超初心者キックボクシング 青山 聖矢★(体験優先)	19:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★★	19:00 ボクシング STEP UPクラス 波田 大和★★	19:00 超初心者キックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	*ファイトフィットはマスパ、スパリング等禁止とな っております。 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。 *インストラクターの都合により、時間割と 担当者が変更さ れることがあります。 sns等で告知しますので確認の上ご来店ください。 *超初心者クラス以外のクラスでは会員さん同士でのミ ットの持ち合いを行うことがあります。 *女性インストラクターの場合、男性会員様の ミット受けは出来かねますのでご了承ください。 *ヨガの時間はサンドバッグなど音の出る行為は禁止とさ せていただきます。 ウォーキングマシンは使用可能です。		19
20	20:00 初心者キックボクシング 波田 大和★	20:00 ダイエットキックボクシング 青山 聖矢★	20:00 寝技初心者 児玉 晃一★	20:00 超初心者ボクシング 波田 大和★	20:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★			20
21	21:00 ダイエットキックボクシング 波田 大和★(体験優先)	21:00 キック STEPUPクラス 青山 聖矢★★	21:00 ダイエットキックボクシング 児玉 晃一★(体験優先)	21:00 ダイエットボクシング 波田 大和★(体験優先)	21:00 キック STEPUPクラス 児玉 晃一★★			21
22	22:00 自由練習&ミット2R 波田 大和★	22:00 自由練習&ミット2R 青山 聖矢★	22:00 自由練習&ミット2R 児玉 晃一★	22:00 自由練習&ミット2R 波田 大和★	22:00 自由練習&ミット2R 児玉 晃一★			22
23	22:45クラス終了 23:00 close							23



### 児玉 晃一

1978年9月27日(43)

指導クラス:キックボクシング、柔術  
格闘技歴:柔術22年黒帯、総合17年  
格闘技の食わず嫌いをなくそう!



### 青山 聖矢

2000年3月1日(22)

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6年、空手2年  
格闘技でみんなをサポート!



### 高根 秀寿

1998年5月24日(23)

指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング4年  
皆さんもボクシング好きになりましょう



### 伊藤 力也

1999年10月29日(22)

指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:フルコン空手、キックボクシング  
キックボクシングと一緒に汗を流しましょう!

COMING SOON

<b>堀川 龍</b>
2000年5月3日(21) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:空手10年、ボクシング12年 みなさんと楽しく格闘技をしたい!

COMING SOON

<b>野呂 宗弘</b>
非公開 指導クラス:ボクシング 格闘技歴:ボクシング9年 全力で殴る快感をたっぷり堪能してもらいます!

COMING SOON

<b>波田 大和</b>
1997年1月18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10年 あと一歩追い込めないときの力になります!

# ★ファイトフィット池袋東口 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20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2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

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

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

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

金曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5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、第6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 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。

村山 玄拓 森脇 公三

齊藤 曜 岡本 貴功

市川 一大