



★ファイトフィットNAS西葛西 5月時間割★

東西線「西葛西駅」徒歩 1分！ 4種類の本格スパ、TV付きタワーサウナ完備

「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10:00~22:00(木曜定休日) **土日10:00~16:00 祝日10:00~18:00**

【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							
8	注意事項 (タウー禁止、施設も浴場もご利用頂けません。) (館内の裸足移動禁止) (当施設は高校生の方からご利用可能。)						
9							
10	10:00 open 10:10クラス開始			10:00 open 10:10クラス開始			
10	10:10 超初心者キックボクシング 竹内 廉★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	10:10 超初心者ボクシング 星野 公彌★(無料体験)	10:10 初心者ボクシング 大石 智也★(無料体験)	10:10 超初心者キックボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	10:10 超初心者キックボクシング ★(無料体験)	10
11	11:00 初心者キックボクシング 竹内 廉★	11:00 初心者キックボクシング 雨宮 洸太★	11:00 初心者キックボクシング 星野 公彌★	11:00 初心者キックボクシング 大石 智也★	11:00 初心者キックボクシング 雨宮 洸太★	11:00 初心者キックボクシング ★	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 フリートレーニング インストラクター不在	12
13	13:00 キック無料体験限定クラス 竹内 廉★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 星野 公彌★(無料体験)	13:00 初心者ボクシング 大石 智也★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング ★(無料体験)	13
14	14:00 初心者キックボクシング 竹内 廉★(無料体験)	14:00 初級キックテクニク 雨宮 洸太★	14:00 初心者キックボクシング 星野 公彌★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 大石 智也★(無料体験)	14:00 初心者キックボクシング 雨宮 洸太★	14:00 初心者キックボクシング ★	14
15	15:00 キック STEPUPクラス 竹内 廉★	15:00 超初心者キックボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	15:00 キック STEPUPクラス 星野 公彌★	15:00 初級キックテクニク 大石 智也★	15:00 キック STEPUPクラス 雨宮 洸太★	15:00 キック STEPUPクラス ★	15
16	16:00 初心者キックボクシング 竹内 廉★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 雨宮 洸太★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 星野 公彌★(無料体験)	16:00 初心者キックボクシング 大石 智也★(無料体験)	15:45 クラス終了 16:00close		16
17	17:00 初心者キックボクシング 竹内 廉★	17:00 初級キックテクニク 雨宮 洸太★	17:00 初級キックテクニク 星野 公彌★	17:00 キック STEPUPクラス 大石 智也★	※土日のスパ利用は、 18時までとなります。 NASファイト会員を除く ※また、人数制限11名まで とさせていただきます。 予約は不要ですが、 万が一員に達した際は、 次のクラスまでお待ち頂く 場合がございます。		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
19	19:00 超初心者ボクシング 水津 空良★(無料体験)	19:00 グループボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	19:00 グループキックボクシング 水津 空良★(無料体験)	19:00 グループボクシング 増田 陸★(無料体験)			19
20	20:00 初心者キックボクシング 水津 空良★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 水津 空良★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 増田 陸★(無料体験)			20
21	21:00 初級キックテクニク 水津 空良★	21:00 キック STEPUPクラス 平丸 勝基★	21:00 ダイエットキックボクシング 水津 空良★	21:00 ボクシングテクニク 増田 陸★	21		
22	21:45クラス終了 22:00 close						

**毎週木曜日
NAS西葛西
定休日**



<p align="center">星野 公彌</p>	<p align="center">竹内 廉</p>	<p align="center">兩宮 洸太</p>
<p>1987年1月23日(34) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:空手6年、キックボクシング5年 カッコいいフォームで運動しましょう!</p>	<p>2001年6月13日(21) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:4年 食べること、お買い物、 動くこと! 精一杯頑張ります! よろしくお願ひします!</p>	<p>1997年8月2日(24) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:10年 格闘技で日本を健康に!</p>



<p align="center">平丸 勝基</p>	<p align="center">水津 空良</p>	<p align="center">増田 陸</p>
<p>1976年7月12日(45) 指導クラス:ボクシング MMA キック 格闘技歴:30年 2000年プロボクシングA級トーナメント優勝 元OFB日本王者 元トリビュレートMMA65kg王者</p>	<p>1999年8月30日(22) 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:17年 格闘技で日本を健康に!</p>	<p>1997年9月23日(24) 指導クラス:ボクシング 格闘技歴:アマ66戦52勝14敗 格闘技で日本を健康に!</p>



<p align="center">大石 智也</p>
<p>1998年5月7日(23) 指導クラス:キックボクシング、空手 格闘技歴:20年 キックボクシングでリフレッシュしましょう!</p>

★ファイトフィットNAS西葛西 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11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。

【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、

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

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

木曜 休館日

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1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4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

平丸 勝基

雨宮 洸太