



# ★ファイトフィット池袋西口 7月時間割★

JR池袋駅西口徒歩3分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！  
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7:00～12:00 日曜7:00～12:00(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 モーニングボクシング 高根 秀寿★	7:10 モーニングボクシング 高根 秀寿★	7:10 モーニングキックボクシング 金子 翼★	7:10 モーニングボクシング 高根 秀寿★	7:10 モーニングキックボクシング 金子 翼★	7:10 モーニングキックボクシング 安田 高久★	7:10 モーニングボクシング 箕浦 康年★	7
8	8:00 超初心者ボクシング 高根 秀寿★(無料体験)	8:00 超初心者ボクシング 高根 秀寿★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 金子 翼★(無料体験)	8:00 超初心者ボクシング 高根 秀寿★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 金子 翼★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 安田 高久★(無料体験)	8:00 超初心者ボクシング 箕浦 康年★(無料体験)	8
9	9:00 ボクシング STEPUPクラス 高根 秀寿★	9:00 ボクシング STEPUPクラス 高根 秀寿★	9:00 キック STEPUPクラス 金子 翼★	9:00 ボクシング STEPUPクラス 高根 秀寿★	9:00 キック STEPUPクラス 金子 翼★	9:00 キック STEPUPクラス 安田 高久★	9:00 ボクシング STEPUPクラス 箕浦 康年★	9
10	10:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 金子 翼★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 金子 翼★(無料体験)	10:00 超初心者キックボクシング 安田 高久★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 箕浦 康年★	10
11	11:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿★	11:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿★	11:00 初心者キックボクシング 金子 翼★	11:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿★	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 30分キックボクシング 安田★ 11:30 自由練習 安田★	11:00 ボクシング無料体験 初回体験者限定 ★	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 初心者キックボクシング 高田 靖一★	11:45 クラス終了 12:00 close		12
13	13:00 自由練習インストラクター不在★ 13:30 30分キックボクシング 小松★	13:00 超初心者ボクシング 菊田 助★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 岡本 貴功★(無料体験)	13:00 超初心者ボクシング 大野 兼資★(無料体験)	13:00 超初心者キックボクシング 高田 靖一★(無料体験)			13
14	14:00 超初心者キックボクシング 小松 惇史★(無料体験)	14:00 ボクシング STEPUPクラス 菊田 助★	14:00 初心者ボクシング 岡本 貴功★	14:00 ボクシング STEPUPクラス 大野 兼資★	14:00 キック STEPUPクラス 高田 靖一★			14
15	15:00 初心者キックボクシング 小松 惇史★	15:00 ダイエットボクシング 菊田 助★(無料体験)	15:00 超初心者総合 岡本 貴功★	15:00 ダイエットボクシング 大野 兼資★(無料体験)	15:00 ダイエットキックボクシング 高田 靖一★(無料体験)			15
16	16:00 超初心者キックボクシング 小松 惇史★(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 超初心者キックボクシング 岡本 貴功★(無料体験)	16:00 初心者ボクシング 大野 兼資★	16:00 初心者キックボクシング 高田 靖一★	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		16
17	17:00 ダイエットキックボクシング 小松 惇史★	17:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都★	17:00 護身術 岡本 貴功★	17:00 超初心者ボクシング 大野 兼資★(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
18	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 岡本 義都★(無料体験)	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 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★(無料体験)			18
19	19:00 超初心者ボクシング 箕浦 康年★(無料体験)	19:00 初心者キックボクシング 岡本 義都★	19:00 初心者ボクシング 箕浦 康年★	19:00 超初心者キックボクシング 安田 高久★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング 漆原 季亮★			19
20	20:00 初心者ボクシング 箕浦 康年★	20:00 超初心者キックボクシング 安田 高久★(無料体験)	20:00 超初心者ボクシング 箕浦 康年★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 安田 高久★	20:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮★	※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。		20
21	21:00 ダイエットボクシング 箕浦 康年★(無料体験)	21:00 ダイエットキックボクシング 安田 高久★	21:00 ダイエットボクシング 箕浦 康年★	21:00 超初心者キックボクシング 安田 高久★(無料体験)	21:00 超初心者キックボクシング 漆原 季亮★(無料体験)			21
22	22:00 30分ボクシング ★ 22:30 自由練習 ★	22:00 30分キックボクシング 安田★ 22:30 自由練習 安田★	22:00 自由練習&ミット2R ★	22:00 30分キックボクシング 安田★ 22:30 自由練習 安田★	22:00 自由練習&ミット2R 漆原 季亮★	※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。		22
23	22:45クラス終了 23:00 close							23



**箕浦 康年**

1983年10月19日(38)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング9年指導歴:9年  
格闘技でいい汗かきましょう!



**菊田 助**

1999年1月31日(23)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング9年  
ボクシングで日頃のストレスをノックアウトしましょう。



**高根 秀寿**

1998年5月24日(24)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング4年  
ボクシング好きを増やします!



**岡本 義都**

1999年8月2日(23)  
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3年  
格闘技で楽しく身体を鍛えましょう!



**高田 靖一**

1985年12月10日(36)  
指導クラス:キックボクシング、ボディメイク  
格闘技歴:キックボクシング5年、ボディメイク5年  
タイプ別でキックボクシング指導をしています、気軽に相談下さい!



**小松 淳史**

1997年11月18日(24)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:空手6年 空手の指導3年  
基礎からの指導丁寧に教えていきます!



**岡本 貴功**

1993年12月24日(28)  
指導クラス:ボクシング、ヨガ、護身術  
格闘技歴:合気道9年、総合3年、ヨガ3年  
健康に充実した人生のお手伝いを致します!



**安田 高久**

1975年1月14日(47)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:剣道20年、キックボクシング4年  
格闘技で心身ともに磨き面白おかしく過ごすきっかけをお手伝いします



**大野 兼資**

1988年5月10日(34)  
指導クラス:ボクシング  
格闘技歴:ボクシング10年  
格闘技で日本を健康に!



**漆原 季亮**

1989年3月2日(33)  
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  
キックボクシングの基本的な動きを、分かりやすく教えるのが得意です!



**金子 翼**

1996年4月3日(26)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:第二世代ジャパンキックボクシング協会バンタム級王者  
楽しくキックボクシングを行いましょう!

## ★ファイトフィット池袋西口 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 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。

### 【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 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、第5週-level.5

土曜 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

日曜 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

### 【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。

森脇 公三

齊藤 曜

市川 一大