



★ファイトフィット中目黒 7月時間割★

日比谷線・東横線「中目黒駅」から徒歩4分！朝活、朝格、朝7:00～23:00まで年中無休！！
 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・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 ポクシングSTEP UPクラス 浦嶋 将之★(無料体験)	7:10 モーニングボクシング 出田 裕一★(無料体験)	7:10 キックSTEP UPクラス 西田 浩樹★(無料体験)	7:10 モーニングキックボクシング 伊藤 力也★(無料体験)	7:10 キックSTEP UPクラス 西田 浩樹★(無料体験)	<p>※ファイトフィットはマスパパーは禁止です。 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。</p> <p>※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)</p> <p>※また、人数制限 12名までとさせていただきます。予約は不要ですが、万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。</p> <p>12:00 open 12:10 start</p>		7		
8	8:00 超初心者ボクシング 浦嶋 将之★(無料体験)	8:00 超初心者ボクシング 出田 裕一★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 西田 浩樹★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 伊藤 力也★(無料体験)	8:00 超初心者キックボクシング 西田 浩樹★(無料体験)			8		
9	9:00 超初心者ボクシング 浦嶋 将之★(無料体験)	9:00 超初心者ボクシング 出田 裕一★(無料体験)	9:00 初級フィジカル 西田 浩樹★	9:00 空手 伊藤 力也★(無料体験)	9:00 ダイエットキックボクシング 西田 浩樹★(無料体験)			9		
10	10:00 ダイエットボクシング 浦嶋 将之★(無料体験)	10:00 ダイエットボクシング 出田 裕一★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 西田 浩樹★(無料体験)	10:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 力也★(無料体験)	10:00 初級フィジカル 西田 浩樹★			10		
11	11:00 ボクシング無料体験限定 初回体験者限定 浦嶋 将之★	11:00 ボクシング無料体験限定 初回体験者限定 出田 裕一★	11:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 西田 浩樹★	11:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 伊藤 力也★	11:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 西田 浩樹★			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			12:10 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 西田 浩樹★	12:10 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 西田 浩樹★	12
13	13:00 ダイエットボクシング 浦嶋 将之★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 出田 裕一★(無料体験)	13:00 コアフローヨガ 悠花★	13:00 空手 伊藤 力也★(無料体験)	13:00 ダイエットボクシング 秋山 泰篤★(無料体験)			13:00 キックSTEPUPクラス 西田 浩樹★	13:00 キックSTEPUPクラス 西田 浩樹★	13
14	14:00 超初心者ボクシング 浦嶋 将之★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 出田 裕一★(無料体験)	14:00 ボディシェイブピラティス 悠花★	14:00 超初心者キックボクシング 伊藤 力也★(無料体験)	14:00 超初心者ボクシング 秋山 泰篤★(無料体験)			14:00 ダイエットキックボクシング 西田 浩樹★(無料体験)	14:00 ダイエットキックボクシング 西田 浩樹★(無料体験)	14
15	15:00 ボディシェイブピラティス 悠花★	15:00 ダイエットボクシング 出田 裕一★	15:00 ダイエットキックボクシング MARU★(無料体験)	15:00 ダイエットキックボクシング 伊藤 力也★(無料体験)	15:00 ダイエットボクシング 秋山 泰篤★(無料体験)			15:00 初級フィジカル 西田 浩樹★	15:00 初級フィジカル 西田 浩樹★	15
16	16:00 ヴィンヤサヨガ 悠花★	16:00 中級キックテクニック MARU★	16:00 中級キックテクニック MARU★	16:00 ボクシング無料体験限定 初回体験者限定 伊藤 力也★	16:00 超初心者キックボクシング MARU★(無料体験)			16:00 中級キックテクニック 西田 浩樹★★	16:00 中級キックテクニック 西田 浩樹★★	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 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 MARU★	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 キックSTEPUPクラス ★	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 西田 浩樹★	17:00 自由練習&ミット2R 西田 浩樹★	17
18	18:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 瀧澤 亮★	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 西田 浩樹★	18:00 フリートレーニング インストラクター不在	18:00 キックボクシング無料体験限定 初回体験者限定 瀧澤 亮★	17:45クラス終了 18:00close		18		
19	19:00 超初心者キックボクシング 瀧澤 亮★(無料体験)	19:00 ダイエットキックボクシング 西田 浩樹★	19:00 ダイエットキックボクシング 西田 浩樹★	19:00 超初心者ボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	19:00 超初心者キックボクシング 瀧澤 亮★(無料体験)	<p>※有酸素ボクシング、サーキットボクシングクラス、ヨガクラスの際はサンドバックなどの大きな音のでるトレーニングはご遠慮くださいませ。 ※テクニククラスでは対人練習で男女でペアを組む場合がございます。予めご了承ください。 ご理解、ご協力お願いします。 ※インストラクターの都合により、時間割と担当者が変更となることがあります。SNS等で告知いたしますので確認のほどお願い致します。</p>		19		
20	21:00 ダイエットキックボクシング 瀧澤 亮★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 西田浩樹★(無料体験)	20:00 初心者キックボクシング 西田浩樹★(無料体験)	20:00 初心者ボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	20:00 ダイエットキックボクシング 瀧澤 亮★			20		
21	21:00 初心者キックボクシング 瀧澤 亮★(無料体験)	21:00 キックSTEPUPクラス 西田 浩樹★	21:00 ダイエットキックボクシング 西田 浩樹★(無料体験)	21:00 ダイエットボクシング 金子 虎旦★(無料体験)	21:00 初心者キックボクシング 瀧澤 亮★(無料体験)			21		
22	22:00 自由練習&ミット2R 瀧澤 亮★	22:00 自由練習&ミット2R 西田 浩樹★	22:00 自由練習&ミット2R 西田 浩樹★	22:00 自由練習&ミット2R 金子 虎旦★	22:00 自由練習&ミット2R 瀧澤 亮★			22		
23	22:45クラス終了 23:00close							23		



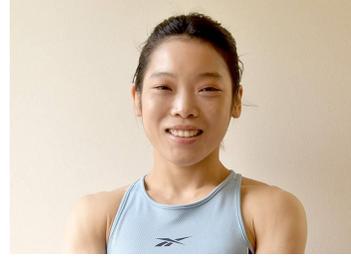
浦嶋 将之

1996年5月29日(26)
指導クラス:ボクシング
ボクシング10年、国体準優勝
楽しいクラスを心がけます！



秋山 泰駕

1979年10月06日(43)
指導クラス:ボクシング
第49代東洋太平洋ミドル級チャンピオン
よろしくお願いします！



悠花

1990年12月12日(31)
指導クラス:ヨガ、ピラティス
MMA:関東柔術選手権2連覇
丁寧に指導していきます！

COMING SOON

COMING SOON

出田 裕一

1984年10月7日
指導クラス:ボクシング
ボクシング歴:10年
楽しくな頑張ってください!!

瀧澤 亮

1985年6月28日
指導クラス:キックボクシング
キックボクシング歴:8年
楽しく健康的に運動しましょう！



伊藤 力也

1999年10月29日
指導クラス:キックボクシング、空手
正道会館空手歴8年、少年部全国大会優勝・関東大会5連覇
格闘技で楽しく汗を流しましょう！

COMING SOON

金子 虎旦

1998年03月11日(24)
指導クラス:ボクシング
ボクシング歴:6年
楽しくレッスン頑張ります！



西田 浩樹

1998年08月19日(23)
指導クラス:キックボクシング
キックボクシング歴:1年
楽しく体を動かしましょう！

COMING SOON

MARU

指導クラス:キックボクシング
よろしくお願いします!!

★ファイトフィット中目黒 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12名までとさせていただきます。
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 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

火曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

水曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level3、第4週-level4)

木曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

金曜 ・17:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level.4)

土曜 ・12:10(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

日曜 ・12:10(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4)

【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