



# ★ファイトフィット北千住 8月時間割★

【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

【クラス強度】♥運動不足の方 ♥♥心拍数を上げたい方 ♥♥♥選手向け

【クラス分類】 ■ボクシング ■キックボクシング ■柔術・寝技 ■総合格闘技 ■その他 ■無料体験

	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 鮫島 博人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 鮫島 博人(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 初心者ボクシング 塚原 健二(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 漆原 季亮(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	12:00open 12:10start	7
8	8:00 初心者キックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥	8:00 ボクシングSTEP UP 塚原 健二 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥			8
9	9:00 キックSTEP UP 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	9:00 キックSTEP UP 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	9:00 キックSTEP UP 岡本 義都 難易度★ 強度♥	9:00 初心者ボクシング 塚原 健二 難易度★ 強度♥	9:00 キックSTEP UP 漆原 季亮 難易度★ 強度♥			9
10	10:00 キックボクシング無料体験限定 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 鮫島 博人 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 義都 難易度★ 強度♥	10:00 ボクシング無料体験限定 塚原 健二 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 漆原 季亮 難易度★ 強度♥			10
11	11:00 ダイエットキックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥	11:00 初心者ボクシング 塚原 健二 難易度★ 強度♥	11:00 ダイエットキックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥♥			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 ボクシング無料体験限定 矢代 明博 難易度★ 強度♥	12:10 キックボクシング無料体験限定 岡本 義都 難易度★ 強度♥	12
13	13:00 初心者キックボクシング 鮫島 博人(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 ボクシングSTEP UP 矢代 明博★ 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者ボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥	13
14	14:00 ダイエットキックボクシング 鮫島 博人 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 ボクシングSTEP UP 矢代 明博 難易度★ 強度♥	14:00 キックSTEP UP 岡本 義都 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 初心者キックボクシング 鮫島 博人(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 中級キックテクニック 岡本 義都 難易度★★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	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 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 岡本 義都 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17
18	18:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 グループボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太 難易度★ 強度♥	18:00 グループキック 岡本 義都 難易度★ 強度♥	18:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close		18
19	19:00 初心者キックボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥	19:00 初心者ボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 漆館 宗太(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 岡本 義都(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 ボクシングSTEP UP 矢代 明博 難易度★ 強度♥	※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。		19
20	20:00 有酸素ボクシング 漆原 季亮 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 漆館 宗太 難易度★ 強度♥♥	20:00 グループキックミット 岡本 義都 難易度★ 強度♥	20:00 ダイエットボクシング 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥	※月曜日20:00からの有酸素ボクシングの時間は、 縄跳びやサンドバック等、大きな音の出る練習は ご遠慮ください。		20
21	21:00 初心者総合 漆原 季亮 難易度★ 強度♥	21:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 グループキック 漆館 宗太(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者ボクシング 矢代 明博(無料体験) 難易度★ 強度♥			21
22	22:00 自由練習&ミット2R 漆原 季亮 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 矢代 明博 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22
23	22:45class ends 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



**鮫島 博人**

1998年5月21日(24)

指導クラス:キックボクシング

格闘技歴:10年

一緒に楽しくキックボクシングをしましょう!



**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(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



**土井 賢**

1987年8月28日(34)

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4年、キックボクシング1年

一緒に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、柔術青帯

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。
- ・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。