



# ★ファイトフィット池袋西口 8月時間割★

【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

【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 モーニングボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 金子 翼 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングキックボクシング 金子 翼 難易度★ 強度♥	7:10 キックSTEP UP 安田 高久 難易度★ 強度♥	7:10 キックSTEP UP 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	7
8	8:00 初心者ボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 金子 翼 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 金子 翼 難易度★ 強度♥	8:00 キックボクシング無料体験限定 安田 高久 難易度★ 強度♥	8:00 キックボクシング無料体験限定 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	8
9	9:00 ボクシング無料体験限定 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシング無料体験限定 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 金子 翼 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシング無料体験限定 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 金子 翼 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 安田 高久 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	9
10	10:00 ボクシングSTEP UP 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	10:00 ボクシングSTEP UP 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットキックボクシング 金子 翼 難易度★ 強度♥♥	10:00 ボクシングSTEP UP 高根 秀寿 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットキックボクシング 金子 翼 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 安田 高久 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥	10
11	11:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥♥	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 ダイエットボクシング 高根 秀寿 難易度★ 強度♥♥	11:00 フリートレーニング インストラクター不在	11:00 自由練習&ミット2R 安田 高久 難易度★ 強度♥~♥♥♥	11:00 ボクシング無料体験限定 岩淵 将大 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 キックSTEP UP 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	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 難易度★ 強度♥	11:45class ends 12:00close		12
13	13:00 ボクシングSTEP UP 浦嶋 将之 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	13:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	13:00 ボクシングSTEP UP 大野 兼資 難易度★ 強度♥	13:00 キックSTEP UP 高田 靖一 難易度★ 強度♥	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		13
14	14:00 初心者ボクシング 浦嶋 将之 難易度★ 強度♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 岩淵 将大 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	14:00 初心者ボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 高田 靖一 難易度★ 強度♥			14
15	15:00 ボクシング無料体験限定 浦嶋 将之 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 岩淵 将大 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者総合 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	15:00 ボクシング無料体験限定 大野 兼資 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 高田 靖一 難易度★ 強度♥			15
16	16:00 ダイエットボクシング 浦嶋 将之 難易度★ 強度♥♥	16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 ダイエットキックボクシング 岡本 貴功 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 高田 靖一 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 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥	17:00 護身術 岡本 貴功 難易度★ 強度♥	17:00 ダイエットボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	17:00 フリートレーニング インストラクター不在	※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、次のクラスまでお持ち頂く場合がございます。 ※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。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。		17
18	18:00 キックボクシング無料体験限定 瑠久 難易度★ 強度♥	18:00 キックボクシング無料体験限定 岡本 義都 難易度★ 強度♥	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 キックボクシング無料体験限定 瑠久 難易度★ 強度♥			18
19	19:00 ダイエットキックボクシング 瑠久 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 岡本 義都 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 安田 高久 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 瑠久 難易度★ 強度♥♥			19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 瑠久 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 安田 高久 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットボクシング 杉山 功一 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 安田 高久 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 瑠久 難易度★ 強度♥♥			20
21	21:00 初心者キックボクシング 瑠久(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 安田 高久(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者ボクシング 杉山 功一(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 安田 高久(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 瑠久(無料体験) 難易度★ 強度♥	21		
22	22:00 自由練習&ミット2R 瑠久 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 安田 高久 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 杉山 功一 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 安田 高久 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 瑠久 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22		
23	22:45class ends 23:00 close							23



**岩淵 将大**

1985年4月26日(37)  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:10年  
格闘技全般なんでも聞いてください。



**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ます、気軽に相談下さい！



**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！



**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！



**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！



**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



**瑠久(るーく)**

1999年4月25日(23)  
指導クラス:キックボクシング、ボクシング  
格闘技歴:極真空手9年キックボクシング9年  
元気に楽しく汗を流しましょう！

# ★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 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