



# ★ファイトフィット下北沢 9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 榊 皇秀(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	7:10 初心者ボクシング 福井 勝也 難易度★ 強度♥♥	7:10 初心者キックボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥♥	7:10 初心者キックボクシング 安田 勝成 難易度★ 強度♥	7:10 初心者キックボクシング 安田 勝成 難易度★ 強度♥	※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。		7	
8	8:00 ダイエットキックボクシング 榊 皇秀 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者ボクシング 福井 勝也(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥	8:00 護身空手 安田 勝成 難易度★ 強度♥	8:00 護身空手 安田 勝成 難易度★ 強度♥			8	
9	9:00 キックSTEP UP 榊 皇秀 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者ボクシング 福井 勝也 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシングSTEP UP GEENIE 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者キックボクシング 安田 勝成 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 安田 勝成 難易度★ 強度♥			9	
10	10:00 キックボクシング無料体験限定 榊 皇秀 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットボクシング 福井 勝也 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 安田 勝成 難易度★ 強度♥	10:00 キックボクシング無料体験限定 安田 勝成 難易度★ 強度♥			無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	10
11	11:00 ダイエットキックボクシング 榊 皇秀 難易度★ 強度♥♥	11:00 キックボクシング無料体験限定 福井 勝也 難易度★ 強度♥	11:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 安田 勝成(無料体験) 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 安田 勝成(無料体験) 難易度★ 強度♥				
12	12:00 ダイエットキックボクシング 榊 皇秀 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 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 護身空手 安田 勝成 難易度★ 強度♥	12:10 ボクシング無料体験限定 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥	12:10 ボクシング無料体験限定 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥	12	
13	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 ボクシングSTEP UP 福井 勝也 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 安田 勝成 難易度★ 強度♥	13:00 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 ボクシングSTEP UP 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥♥	13:00 ボクシングSTEP UP 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥♥	13	
14	14:00 護身空手 安田 勝成 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットボクシング 福井 勝也(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥♥	14:00 護身空手 安田 勝成 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 吉村 涼句(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14	
15	15:00 初心者キックボクシング 安田 勝成(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング 福井 勝也 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 安田 勝成(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 キックSTEP UP 吉村 涼句 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥	15	
16	16:00 初心者キックボクシング 安田 勝成 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 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 護身空手 難易度★ 強度♥	16:00 空手 吉村 涼句 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉(無料体験) 難易度★ 強度♥	16	
17	17:00 キックボクシング無料体験限定 安田 勝成 難易度★ 強度♥	17:00 初心者キックボクシング 大村 匠 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟(無料体験) 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	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 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥~♥♥♥	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 キックボクシング無料体験限定 大村 匠 難易度★ 強度♥	18:00 キックボクシング無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥	18:00 キックボクシング無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥	18:00 キックボクシング無料体験限定 田村 健悟 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close		18	
19	19:00 護身空手 安田 勝成 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 大村 匠 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	*ファイトフィットはマスパ、スパーリング等禁止となっております。 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。 *インストラクターの都合により、時間割と変更されることがあります。 snsで告知しますのでご確認の上ご来店ください。		19	
20	20:00 初心者キックボクシング 安田 勝成(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 大村 匠(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 中級者キックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	20:00 中級者キックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥			20	
21	21:00 初心者キックボクシング 安田 勝成 難易度★ 強度♥	21:00 ダイエットキックボクシング 大村 匠 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング 田村 健悟 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 小柳 武史 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 小柳 武史 難易度★ 強度♥			21	
22	22:00 自由練習&ミット2R 安田 勝成 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 大村 匠 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 田村 健悟 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 小柳 武史 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 小柳 武史 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22	
23	22:45class ends 23:00 close							23	



**田村 健悟**

1994年2月20日(28)  
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2年  
きつくてしっかり追い込みたい方



**榎 皇秀**

2001年9月30日(20)  
指導クラス:キックボクシング  
競技歴:空手8年  
まずは楽しむことから始めましょう!



**尾崎 誠哉**

1997年2月10日(25)  
指導クラス:ボクシング  
闘技歴:ボクシング12年国体3位プロ7戦4勝2敗1分  
格闘技で日本を健康に!



**吉村 涼句**

1997年12月6日(24)  
指導クラス:キックボクシング 空手  
格闘技歴:空手12年  
一緒に練習して上手くなりましょう!

COMING SOON

COMING SOON

**安田 勝成**

経歴非公開

**大村 匠**

経歴非公開

COMING SOON

COMING SOON

COMING SOON

<b>小柳 武史</b>	<b>福井 勝也</b>	<b>GINNIE</b>
経歴非公開	経歴非公開	経歴非公開

# ★ファイトフィット下北沢 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** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**火曜** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**水曜** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**木曜** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・18:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**金曜** ・9:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**土曜** ・8:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4週-level.5)

**日曜** ・8:00(第1週-level.1、第2週-level2、第3週-level.3、第4週-level4) ・15:00(第1週-level.2、第2週-level3、第3週-level.4、第4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