



★ファイトフィット田町芝浦 11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 モーニングボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥		7:10 モーニングキックボクシング 小曽根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥		7	
8	8:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥		8:00 護身術 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング 菱沼 郷(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	
9	9:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥		9:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	9:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥		9	
10	10:00 ダイエットボクシング GEENIE 難易度★★ 強度♥♥		10:00 ダイエットキックボクシング 小曽根 広泰 難易度★★ 強度♥♥	10:00 有酸素キックボクシング まゆ 難易度★★ 強度♥♥	10:00 ダイエットボクシング GEENIE 難易度★★ 強度♥♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	10	
11	11:00 ボクシングSTEP UP GEENIE 難易度★ 強度♥		11:00 キックSTEP UP 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥	11:00 ストレッチ まゆ 難易度★ 強度♥	11:00 ボクシングSTEP UP GEENIE 難易度★ 強度♥		12:00open 12:10start	11
12	12:00 30分ボクシング GEENIE 難易度★★ 強度♥♥ 12:30 自由練習&ミット2R		12:00 自由練習&ミット2R 小曽根 広泰 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		12:10 キックボクシング無料体験限定 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	12:10 キックボクシング無料体験限定 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥
13	13:00 フリートレーニング インストラクター不在		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 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 小曽根 広泰 難易度★★ 強度♥♥	13
14	14:00 ダイエットボクシング GEENIE 難易度★★ 強度♥♥		14:00 キックボクシング無料体験限定 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	14:00 ボクシング無料体験限定 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	14:00 キックボクシング無料体験限定 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥	14:00 初心者ボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 初心者ボクシング GEENIE(無料体験) 難易度★ 強度♥		15:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ボクシングSTEP UP 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	15:00 キックSTEP UP 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥		16:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 護身術 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥	16:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 小曽根 広泰 難易度★★ 強度♥♥	16
17	17:00 ダイエットキックボクシング 菱沼 郷 難易度★★ 強度♥♥		17:00 ダイエットキックボクシング 菱沼 郷 難易度★★ 強度♥♥	17:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★ 強度♥♥	17:00 フィジカル&ストレッチ 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥♥	17:00 ボクシング無料体験限定 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	17:00 自由練習&ミット2R 小曽根 広泰 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 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:45class ends 18:00close ※新型コロナウイルス感染予防の為、原則お一人様 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、方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。		18
19	19:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥		19:00 初心者ボクシング 金子 虎旦 難易度★ 強度♥	19:00 初心者ボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	※マスタバー、タッチゲーム、シャドーマスタは禁止です。 個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。 ※無料体験限定は既存会員のレッスンはありません。		19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 菱沼 郷 難易度★★ 強度♥♥		20:00 ダイエットボクシング 金子 虎旦 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットボクシング 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小曽根 広泰 難易度★★ 強度♥♥	※女性スタッフ、経歴もしているスタッフ、スタッフより体が大きい会員のミット受けはお断りする場合がございます。		20
21	21:00 グループミット 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥		21:00 初心者ボクシング 金子 虎旦 難易度★ 強度♥	21:00 ノーギ柔術初心者 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	※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。		21
22	22:00 自由練習&ミット2R 菱沼 郷 難易度★ 強度♥~♥♥♥		22:00 自由練習&ミット2R 金子 虎旦 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥			22
23			22:45class ends	23:00 close				23

トレーニングを希望の方はここから徒歩15分の
定休日
 ファンアイを希望の方はここから徒歩15分の
 田町三田店をご利用下さい。



COMING SOON

菱沼 郷	小曾根 広泰	GEENIE	まゆ
1978年9月19日(44) 指導クラス:キック・ボクシング・総合 格闘歴:総合格闘技15年 強く健康で幸せにならしましょう！	1980年3月10日(42) 指導クラス:キックボクシング、護身術 格闘歴:空手7年、合気道 弐段 楽しく動いて健康にならしましょう！	1978年10月13日(44) 指導クラス:ボクシング 競技:ボクシング 一緒に楽しくボクシングしましょう！	1969年10月17日(53) 指導クラス:有酸素ボクシング 指導歴:有酸素ボクシング2年 初心者でも楽しくがモットーです！

COMING SOON

金子 虎旦
1998年3月11日(24) 指導クラス:ボクシング 格闘技歴:ボクシング12年 まずは楽しむことから始めましょう！

★ファイトフィット田町芝浦 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2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6週-level.5

定休日

水曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

木曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

金曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4

土曜 第1週-level.1、第2週-level.2、第3週-level.3、第4週-level.4

日曜 第2週-level.1、第3週-level.2、第4週-level.3、第5週-level.4、第6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。