



## ★ファイトフィット新宿東口駅前 12月時間割★

【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 7:00~18:00 日曜 7:00~18:00(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 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング TOMO 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 佐々木 俊輔 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング 難易度★ 強度♥♥	7
8	8:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング yamaguchi(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング yamaguchi(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 佐々木 俊輔 (無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	8
9	9:00 初心者ボクシング 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥	9:00 ヒップホップ yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者ボクシング TOMO 難易度★ 強度♥♥	9:00 初心者ボクシング yamaguchi 難易度★ 強度♥	9:00 初心者ボクシング 難易度★ 強度♥♥	9:00 コンビネーションミット 佐々木 俊輔 難易度★ 強度♥	9:00 初心者ボクシング 難易度★ 強度♥♥	9
10	10:00 ダイエットキックボクシング 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットボクシング yamaguchi(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットボクシング yamaguchi(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 初心者ボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 ダイエットキックボクシング 佐々木 俊輔(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10
11	11:00 コンビネーションミット 平丸 勝基 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 初心者キックボクシング yamaguchi 難易度★ 強度♥	11:00 ヒップホップ yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	11:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 佐々木 俊輔 難易度★ 強度♥	11:00 初心者キックボクシング 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 初心者キックボクシング 斧田 航 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 ヒップホップ yamaguchi 難易度★ 強度♥♥	12:00 自由練習&ミット2R 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
13	12:10 キックボクシング無料体験講座 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 斧田 航(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 初心者ボクシング TOMO(無料体験) 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 フリートレーニング インストラクター不在	13:00 初心者ボクシング 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 コンビネーションミット TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング TOMO 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング 北村 不動 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14:00 初心者キックボクシング TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	14
15	15:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング 北村 不動(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者ボクシング 平丸 勝基 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング 平丸 勝基 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング TOMO 難易度★ 強度♥	15
16	16:00 初心者ボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 北村 不動 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング TOMO(無料体験) 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 初心者キックボクシング (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 初級フィジカル 北村 不動 難易度★ 強度♥♥	17:00 初級キックテクニク 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥	17:00 初級キックテクニク 平丸 勝基 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング TOMO 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 初心者キックボクシング 斧田 航(無料体験) 難易度★ 強度♥	18:00 ダイエットキックボクシング 斧田 航(無料体験) 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	17:45class ends 18:00close		18
19	19:00 コンビネーションミット 杉本 博文 難易度★ 強度♥	19:00 コンビネーションミット 斧田 航 難易度★ 強度♥	19:00 コンビネーションミット 斧田 航 難易度★ 強度♥	19:00 コンビネーションミット 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 コンビネーションミット 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	年末年始 ・31日土曜(12~18時)		19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 杉本 博文 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者キックボクシング 斧田 航(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 斧田 航(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 平丸 勝基(無料体験) 難易度★ 強度♥	・1日日曜(12~18時)		20
21	21:00 初心者キックボクシング 杉本 博文 難易度★ 強度♥	21:00 ダイエットキックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 平丸 勝基 難易度★ 強度♥	21:00 ダイエットキックボクシング 平丸 勝基 難易度★ 強度♥	・2日月曜(7~18時)		21
22	22:00 中級キックボクシング 杉本 博文 難易度★ 強度♥♥	22:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥	22:00 初心者キックボクシング 斧田 航 難易度★ 強度♥	22:00 初級キックテクニク 平丸 勝基 難易度★ 強度♥	22:00 初級キックテクニク 平丸 勝基 難易度★ 強度♥	・3日火曜(7~18時)		22
23	22:45class ends 23:00 close							23



**平丸 勝基**  
 1976年7月12日  
 指導:ボクシング MMA キック キッズレスリング  
 格闘技歴:30年  
 2000年プロボクシングA級トーナメント優勝  
 元OFB日本王者 元トリビュレートMMA65kg王者



**斧田 航**  
 1983年8月9日  
 指導クラス:キックボクシング  
 格闘技歴:ムエタイ3年  
 キックボクシングで楽しく健康的な体作りを!



**TOMO**  
 ボクシング・キックボクシング・ストレッチ  
 ボディービル  
 全日本大会準優勝  
 国際大会  
 マッスルコンテスト日本大会優勝2020年  
 ウェイトリフティング  
 2019年東京大会優勝2019



**杉本 博文**  
 1979年9月21日  
 指導クラス:キックボクシング  
 格闘技歴:相撲、空手、空道等30年  
 一緒に楽しくトレーニングしましょう♪

COMING SOON



**yamaguchi**  
 非公開  
 指導クラス:ボクシング、ダンス  
 格闘技歴:ボクシング4年、ダンス9年  
 基礎、応用、楽しいレッスン!なんでもお任せ下さい!

**北村 不動**  
 非公開  
 指導クラス:キックボクシング、ストレッチ全般  
 格闘技歴:キックボクシング10年  
 強く!楽しく!逞しく!一緒に頑張りましょう!

COMING SOON

**佐々木 俊輔**  
 非公開