



★ファイトフィット西川口 12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 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 瑠久 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 安藤 武尊 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。(クラス45分間) ※また、人数制限10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。		7	
8	8:00 初心者ボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 瑠久 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者キックボクシング 安藤 武尊 難易度★ 強度♥			8	
9	9:00 初心者ボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥	9:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	9:00 コンビネーションミット 瑠久 難易度★ 強度♥♥	9:00 コンビネーションミット 安藤 武尊 難易度★ 強度♥♥♥	9:00 初級フィジカル 安藤 武尊 難易度★ 強度♥♥♥			9	
10	10:00 ダイエットボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 瑠久(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♥♥	10:00 ダイエットキックボクシング 安藤 武尊(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!		10	
11	11:00 ボクシング無料体験限定 大野 兼資 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 キックボクシング無料体験限定 瑠久 難易度★ 強度♥	11:00 キックボクシング無料体験限定 安藤 武尊 難易度★ 強度♥	11:00 キックボクシング無料体験限定 安藤 武尊 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 ダイエットキックボクシング SEIKO(無料体験) 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	12:10 ダイエットボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	12:10 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	12	
13	13:00 初心者ボクシング 大野 兼資(無料体験) 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング SEIKO 難易度★ 強度♥♥	13:00 ダイエットキックボクシング 石井 義由亜 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	13	
14	14:00 コンビネーションミット 大野 兼資 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット SEIKO 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 石井 義由亜 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	14:00 ボクシング無料体験限定 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 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	14	
15	15:00 中級キックテクニク 千葉 明寛 難易度★★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング SEIKO(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 石井 義由亜(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 大野 兼資 難易度★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	15	
16	16:00 初心者キックボクシング 千葉 明寛 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング SEIKO 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 石井 義由亜 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者ボクシング 大野 兼資 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎 難易度★ 強度♥	16	
17	17:00 ダイエットキックボクシング 千葉 明寛(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 KICK OUT SEIKO 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 石井 義由亜 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 ダイエットキックボクシング 永山拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 大野 兼資 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自由練習&ミット2R 永山 拓郎 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 初心者キックボクシング 石井 義由亜(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 初心者キックボクシング 千葉 明寛(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 花井 順 難易度★ 強度♥♥	19:00 フリートレーニング インストラクター不在	19:00 初心者キックボクシング 藤本 龍一郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 永山 拓郎(無料体験) 難易度★ 強度♥♥				19
20	20:00 中級キックテクニク 千葉 明寛 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 花井 順 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 辻 昌樹 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 藤本 龍一郎 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 永山 拓郎 難易度★★ 強度♥♥	*ファイトフィットはマスマスパー、 スパ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。 *女性インストラクターの場合、 男性会員様のミット受けは出来かねますので ご了承ください。		20	
21	21:00 護身術 千葉 明寛 難易度★ 強度♥♥	21:00 初心者キックボクシング 花井 順(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 コンビネーションミット 辻 昌樹 難易度★ 強度♥	21:00 ノーギ柔術初心者 藤本 龍一郎 難易度★ 強度♥	21:00 中級キックテクニク 永山 拓郎 難易度★★ 強度♥♥				21
22	22:00 自由練習&ミット2R 千葉 明寛 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 花井 順 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 辻 昌樹 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 藤本 龍一郎 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自由練習&ミット2R 藤本 龍一郎 難易度★ 強度♥~♥♥♥				22
23	22:45class ends 23:00 close							23	

COMING SOON



永山 拓郎
経歴非公開

SEIKO
1980年7月2日(42)
指導クラス:キックボクシング、KICK OUT
格闘技歴:キックボクシング3年
楽しいレッスンで追いつめます!

千葉 明寛
1981年1月11日(41)
指導クラス:キックボクシング 護身術
格闘技歴:空手 柔道 キック 柔術 武術 軍隊格闘
心と身体の不調を正常に

石井 義由亜
2000年2月20日(22)
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11年
一緒に汗を流しましょう!



瑠久(る一)
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!

藤木 龍一郎
1988年11月30日(34)
指導クラス:キックボクシング、柔術
格闘技歴:MMA7年、柔術6年(紫帯)
強くなりたい人! 待ってます!

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!

安藤 武尊
1997年12月6日(24)
指導クラス:キックボクシング 寝技 フィジカル
格闘技歴:レスリング13年 空手5年
一緒に練習して上手になりましょう!



COMING SOON

花井 順
1972年9月5日(50)
指導クラス:キックボクシング
格闘技歴:フルコンタクト空手10年 キックボクシング5年
楽しく強く健康になれる様に精一杯サポート!

辻 昌樹
1970年9月15日(52)
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、MMA13年
付度無しで楽しくトレーニングします。