



★ファイトフィット下北沢 1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 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 護身空手 安田 勝成 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 キックボクシング無料体験限定 安田 勝成 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 ダイエットボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥♥ | 9:00 キックボクシング無料体験限定 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 初心者キックボクシング 安田 勝成 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 初心者キックボクシング 安田 勝成 難易度★ 強度♥ | 10:00 初心者キックボクシング 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 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 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♥ | | | | 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 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 キックボクシング無料体験限定 永井 辰 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 初心者キックボクシング 安田 勝成 難易度★ 強度♥ | 13:00 ダイエットボクシング 福井 勝也(無料体験) 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 コンビネーションミット 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 初心者キックボクシング 永井 辰(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 13:00 コンビネーションミット 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 初心者キックボクシング 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 ダイエットキックボクシング 永井 辰 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♥ | 15:00 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 コンビネーションミット 吉村 涼句 難易度★ 強度♥ | 15:00 コンビネーションミット 永井 辰 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♥ | 16:00 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 空手 吉村 涼句 難易度★ 強度♥ | 16:00 ダイエットキックボクシング 永井 辰(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 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 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 初心者キックボクシング 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 自由練習&ミット2R 永井 辰 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 ボクシング無料体験限定 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥ | 18:00 ボクシング無料体験限定 尾崎 誠哉 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 永井 辰 難易度★ 強度♥ | 17:45class ends 18:00close | | 18 | |
| 19 | 19:00 コンビネーションミット 尾崎 誠哉★ 難易度★ 強度♥♥ | 19:00 コンビネーションミット 尾崎 誠哉★ 難易度★ 強度♥♥ | 19:00 コンビネーションミット 田村 健悟 難易度★★ 強度♥♥ | 19:00 ダイエットキックボクシング 田村 健悟 難易度★★ 強度♥♥♥ | 19:00 初心者キックボクシング 永井 辰 難易度★ 強度♥ | *ファイトフィットはマスパ、 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で告知しますので確認の上ご来店ください。 | | 19 | |
| 20 | 20:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥♥ | 20:00 ダイエットボクシング 尾崎 誠哉 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♥♥♥ | 20:00 コンビネーションミット 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 20:00 ダイエットキックボクシング 永井 辰(無料体験) 難易度★ 強度♥♥ | | | 20 | |
| 21 | 21:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉(無料体験) 難易度★ 強度♥ | 21:00 初心者ボクシング 尾崎 誠哉(無料体験) 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 永井 辰(無料体験) 難易度★ 強度♥ | | | 21 | |
| 22 | 22:00 自由練習&ミット2R 尾崎 誠哉 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | 22:00 自由練習&ミット2R 尾崎 誠哉 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 永井 辰 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

COMING SOON



尾崎 誠哉

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

永井 辰

指導クラス:キックボクシング



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

安田 勝成

指導クラス:キックボクシング 空手

COMING SOON

COMING SOON

COMING SOON

小柳 武史

指導クラス:キックボクシング

福井 勝也

指導クラス:ボクシング

GINNIE

指導クラス:ボクシング