



★ファイトフィット田町芝浦 7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(火曜定休日)

【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 Nao 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング GEENIE 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。	7		
8	8:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥		8:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング Nao 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 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥	9:00 初心者キックボクシング Nao 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 Nao 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 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥		11:00 初心者ボクシング GEENIE 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 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥			11	
12	12:00 ボクシング無料体験限定 GEENIE 12:30 自主練習		12:00 フリートレーニング インストラクター不在	12:00 キックボクシング無料体験限定 菱沼 郷 12:30 自主練習	12:00 ボクシング無料体験限定 GEENIE 12:30 自主練習			12:00 キックボクシング無料体験限定 Taiki 12:30 自主練習	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 コンビネーションミット 小島 岳大 難易度★★ 強度♥♥	13:00 コンビネーションミット 菱沼 郷 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 ダイエットキックボクシング Taiki 難易度★★ 強度♥♥	13:00 ダイエットボクシング 秋山 泰幸 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 小島 岳大 14:30 自主練習	14:00 キックボクシング無料体験限定 菱沼 郷 14:30 自主練習	14:00 ダイエットボクシング GEENIE 難易度★★ 強度♥♥		14:00 初心者キックボクシング Taiki(無料体験) 難易度★ 強度♥	14:00 初心者ボクシング 秋山 泰幸(無料体験) 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 コンビネーションミット GEENIE 難易度★★ 強度♥♥		15:00 初心者キックボクシング 小島 岳大 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	15:00 コンビネーションミット GEENIE 難易度★★ 強度♥		15:00 コンビネーションミット Taiki 難易度★★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 秋山 泰幸 難易度★★ 強度♥♥	15
16	16:00 初心者ボクシング 難易度★ 強度♥		16:00 初心者キックボクシング 小島 岳大 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	16:00 初心者ボクシング 難易度★ 強度♥		16:00 ダイエットキックボクシング Taiki 難易度★★ 強度♥♥	16:00 ダイエットボクシング 秋山 泰幸 難易度★★ 強度♥♥	16
17	17:00 ダイエットボクシング 難易度★★ 強度♥♥		17:00 ダイエットキックボクシング 小島 岳大 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 初心者ボクシング 難易度★ 強度♥	17:00 自主練習&ミット2R Taiki 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自主練習&ミット2R 秋山 泰幸 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		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 初心者キックボクシング Taiki 難易度★ 強度♥	19:00 初心者ボクシング 峰 青俊 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	※マスパパー、タッチゲーム、シャドーマスパは禁止です。 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。 ※無料体験限定は既存会員様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 ダイエットキックボクシング Taiki 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットボクシング 峰 青俊 難易度★★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 難易度★★ 強度♥♥	※女性スタッフ、怪我をしているスタッフ、スタッフより体が大きい会員様、手続き中のミット受けはお断りする場合がございます。		20	
21	21:00 ノーギ柔術初心者 菱沼 郷 難易度★ 強度♥		21:00 初心者キックボクシング Taiki(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者ボクシング 峰 青俊(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング (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 自主練習 菱沼 郷 難易度★ 強度♥~♥♥♥		22:00 自主練習&ミット2R Taiki 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 峰 青俊 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 菱沼 郷 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
 フォenixテイルンラポ田町三田店をご利用下さい。



<p>菱沼 郷</p>	<p>小島 岳大</p>	<p>GEENIE</p>	<p>秋山 泰幸</p>
<p>1978年9月19日 指導クラス:キックボクシング、ノーギ柔術 格闘歴:格闘技20年 強く健康で幸せにならしましょう!</p>	<p>1992年7月26日 指導クラス:キックボクシング 格闘技歴:ボクシング15年、キックボクシング2年 一緒に楽しくキックボクシングをしましょう!</p>	<p>1978年10月13日 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!</p>	<p>1979年10月6日 指導クラス:ボクシング 格闘技歴:ボクシング15年、キック4年、空手5年 ボクシングやキックの魅力をお伝えします!</p>

COMING SOON

COMING SOON

COMING SOON

<p>峰 青俊</p>	<p>Taiki</p>	<p>Nao</p>
<p>1999年3月12日 指導クラス:ボクシング、キックボクシング 競技:ボクシング 元気に明るく楽しく一緒に汗を流しましょう!</p>	<p>1996年5月5日 指導クラス:キックボクシング 競技:キックボクシング 楽しく明るく健康を目指しましょう!</p>	<p>1993年6月2日 指導クラス:キックボクシング 競技:キックボクシング 一緒に楽しくキックボクシングをしましょう!</p>