



# ★ファイトフィット蒲田 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(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 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥♥	7:10 モーニングキックボクシング 新井 一世 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 初心者総合格闘技 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者ボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥	8:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	8:00 初心者ボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥	8:00 初心者キックボクシング 新井 一世(無料体験) 難易度★ 強度♥			8
9	9:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	9:00 ダイエットボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥♥	9:00 初級フィジカル 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	9:00 ダイエットボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥♥	9:00 ダイエットキックボクシング 新井 一世 難易度★ 強度♥♥			9
10	10:00 初心者キックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者ボクシング 野上 昂生(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者キックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者ボクシング 野上 昂生(無料体験) 難易度★ 強度♥	10:00 初心者ボクシング 新井 一世(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 ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥♥	11:00 ダイエットボクシング 新井 一世 難易度★ 強度♥♥	12:00open 12:10start		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 コンビネーションミット 野上 昂生 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	12:10 キックボクシング無料体験限定 難易度★ 強度♥	12:10 キックボクシング無料体験限定 芳元 杏心 難易度★ 強度♥	12
13	13:00 初心者総合格闘技 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者ボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥	13:00 初心者総合格闘技 福岡 未来 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 新井 一世 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 芳元 杏心(無料体験) 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 コンビネーションミット 福岡 未来 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 野上 昂生 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 福岡 未来 難易度★ 強度♥	14:00 初心者総合格闘技 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	14:00 コンビネーションミット 新井 一世 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 芳元 杏心 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 初心者ボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者ボクシング 野上 昂生(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	15:00 初心者キックボクシング 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 初心者キックボクシング 斉藤 良(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	15:00 ダイエットキックボクシング 芳元 杏心 難易度★ 強度♥♥	15
16	16:00 ダイエットボクシング 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットボクシング 難易度★ 強度♥♥	16:00 初級フィジカル 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	16:00 初級フィジカル 斉藤 良 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 初心者キックボクシング 芳元 杏心(無料体験) 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 初心者総合格闘技 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 フリートレーニング インストラクター不在	17:00 初心者キックボクシング 斉藤 良 難易度★ 強度♥	17:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	17:00 自主練習&ミット2R 芳元 杏心 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 中級フィジカル 佐藤 京平 難易度★ 強度♥♥	18:00 初心者キックボクシング 難易度★ 強度♥	18:00 中級フィジカル 福岡 未来 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	17:45class ends 18:00close		18
19	19:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 佐藤 京平(無料体験) 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	19:00 ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 斉藤 良(無料体験) 難易度★ 強度♥	※土日の無料体験者限定クラスは、 一般のクラスは実施しておりませんので ご注意ください。 自主練習は可能です。  ※ファイトフィット店では、マスパバーリングを 含むスパバ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。		19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 佐藤 京平 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 時岡 孝成(無料体験) 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 斉藤 良(無料体験) 難易度★ 強度♥♥			20
21	21:00 初心者キックボクシング (無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 佐藤 京平(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	21:00 ダイエットキックボクシング 時岡 孝成 難易度★ 強度♥♥	21:00 中級フィジカル 斉藤 良 難易度★ 強度♥♥			21
22	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 佐藤 京平 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 時岡 孝成 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 斉藤 良 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22		
23	22:45class ends 23:00 close						23	



**福岡 未来**

2001年5月27日

指導クラス:キックボクシング、総合格闘技  
格闘技歴:空手 総合格闘技  
継続は力なり、理想の自分になりましょう



**新井 一世**

1982年8月19日

指導クラス:ボクシング、ムエタイ  
格闘技歴:12年  
ニーズにあった指導をしています！



**斎藤 良**

非公開

指導クラス キックボクシング フィジカル  
格闘技歴 キックボクシング ボクシング  
自分のペースで頑張りましょう



**野上 昂生**

2000年11月30日

指導クラス ボクシング  
格闘技歴 ボクシング12年  
皆さんと楽しくボクシングできると嬉しいです！



**佐藤 京平**

非公開

指導クラス キックボクシング 柔道  
格闘技歴:柔道 キックボクシング  
楽しく継続していきましょう



**時岡 孝成**

1994年8月1日

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  
楽しんでいただけるように頑張ります！



**芳元 啓心**

2001年11月20日

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  
初心者の方でも楽しいレッスンにします！