



★ファイトフィット蒲田 8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 野上 昂生 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。(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 初心者キックボクシング 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 ダイエットキックボクシング 野上 昂生 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 初心者キックボクシング 野上 昂生 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 初級フィジカル 福岡 未来 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ダイエットキックボクシング 野上 昂生 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 初心者キックボクシング 野上 昂生 難易度★ 強度♥	11:00 ダイエットボクシング 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♥♥			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 福岡 未来 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 福岡 未来 難易度★ 強度♥	13:00初心者キックボクシング 小曽根 広康 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ダイエットキックボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥	13:00 初心者キックボクシング 芳元 杏心 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 福岡 未来 難易度★ 強度♥	14:00 コンビネーションミット 小曽根 広康 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 福岡 未来 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 福岡 未来(無料体験) 難易度★ 強度♥	15:00ダイエットキックボクシング 小曽根 広康 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 初心者総合格闘技 福岡 未来 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 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	16:00 護身術 小曽根 広康 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 初級フィジカル 福岡 未来 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 芳元 杏心 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 初級フィジカル 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 福岡 未来 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 護身術 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥	18:00 初心者キックボクシング 小曽根 広康 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 小曽根 広康 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 小曽根 広康 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。		19
20	20:00 ダイエットキックボクシング 小曽根 広康 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 小曽根 広康(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 ダイエットキックボクシング 斉藤 良(無料体験) 難易度★ 強度♥♥	※ファイトフィット店では、マスパワーリングを 含むスパワ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。		20
21	21:00 初心者キックボクシング 小曽根 広康(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者キックボクシング 小曽根 広泰(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00ダイエットキックボクシング 小曽根 広康 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 小曽根 広康 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 小曽根 広泰 難易度★ 強度♥~♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 小曽根 広康 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(22)
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(41)
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(23)
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！



小曾根 広康

1980年3月10日(43)
指導クラス キックボクシング 護身術
格闘技歴:空手、合気道
楽しく動いて健康になりましょう！



時岡 孝成

1994年8月1日(29)
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(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
初心者の方でも楽しいレッスンにします！