



★ファイトフィット田町芝浦 10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)「祝日18時まで」

【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 佐々木 康博 難易度★ 強度♥	7:10 モーニングボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥	※無料体験限定は既存会員様のレッスンはありません。 *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。	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 佐々木 康博(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		
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 佐々木 康博 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 初心者キックボクシング 佐々木 康博(無料体験) 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 ダイエットキックボクシング 佐々木 康博 難易度★★★ 強度♥♥	11:00 コンビネーションミット 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 ボクシング無料体験限定 GEENIE 12:30 自主練習	12:00 自主練習 インストラクター不在	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 菱沼 郷 12:10 ボクシング無料体験限定 菱沼 郷 12:30 自主練習	12
13	13:00 自主練習 インストラクター不在		13:00 自主練習 インストラクター不在	13:00 自主練習 インストラクター不在	13:00 自主練習 インストラクター不在		12:00open 12:10start		
14	14:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥		14:00 初心者ボクシング GEENIE 難易度★ 強度♥	14:00 自主練習 インストラクター不在	14:00 自主練習 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 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	13:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	13
15	15:00 コンビネーションミット 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 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	15:00 自主練習 インストラクター不在		14:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	14:00 初心者ボクシング 菱沼 郷 難易度★ 強度♥	14
16	16:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥		16:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	16:00 初心者キックボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥		15:00 コンビネーションミット 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	15:00 コンビネーションミット 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	15
17	17:00 初心者ボクシング 菱沼 郷 難易度★ 強度♥		17:00 自主練習 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 菱沼 郷 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♥♥	16:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	16:00 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	16	
18	18:00 自主練習 インストラクター不在		18:00 自主練習 インストラクター不在	18:00 自主練習 インストラクター不在	18:00 自主練習 インストラクター不在	17:00 自主練習&ミット2R 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥♥	17:00 自主練習&ミット2R 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥♥	17	
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 初心者ボクシング 峰 青俊(無料体験) 難易度★ 強度♥	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 初心者ボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	17:45class ends 18:00close		18	
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 峰 青俊 難易度★★★ 強度♥♥	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 ダイエットボクシング 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥	※マスマスパー、タッチゲーム、シャドーマスマスは禁止です。 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。 ※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。		19	
21	21:00 ノーギ柔術初心者 菱沼 郷 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 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	21:00 初心者ボクシング 菱沼 郷(無料体験) 難易度★ 強度♥	※9月から祝日は18時までの営業になります。 10/9日は18時までの営業になります。 10/9日は17時クラスは自主練習です。		20	
22	22:00 自主練習&ミット2R 菱沼 郷 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♥♥♥♥	22:00 自主練習&ミット2R 菱沼 郷 難易度★★★ 強度♥♥♥♥			21	
23						22:45class ends 23:00 close		22	

トレーニングを希望の方はここから徒歩15分のご来店をご利用下さい。
定休日



<p>菱沼 郷</p>	<p>佐々木 康博</p>	<p>GEENiE</p>
<p>1978年9月19日(45) 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りましょう!</p>	<p>1983年12月13日(39) 指導クラス:ボクシング、キックボクシング 格闘技歴:ボクシング歴:15年、柔術6年 格闘技で幸せに!</p>	<p>1978年10月13日(45) 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>

COMING SOON

<p>峰 青俊</p>
<p>1999年3月12日(24) 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>