



# ★ファイトフィット蒲田 11月時間割★

【営業時間】平日7:00~22:00 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♥♥	祝日18時まで営業となります。今月の祝日は11/3, 23です。	7	
8	8:00 初心者ボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥	8:00 初心者ボクシング 野上 昂生(無料体験) 難易度★ 強度♥	8:00 ダイエットボクシング 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♥		無料体験実施中!! 体験予約はWEBから!!	8
9	9:00 ダイエットボクシング 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 初心者ボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥	9:00 ボクシング無料体験限定 野上 昂生 難易度★ 強度♥	9:00 キックボクシング無料体験限定 新井 一世 難易度★ 強度♥			9
10	10:00 ボクシング無料体験限定 福岡 未来 難易度★ 強度♥	10:00 ボクシング無料体験限定 野上 昂生 難易度★ 強度♥	10:00 ボクシング無料体験限定 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 初心者ボクシング 新井 一世 難易度★ 強度♥	10		
11	11:00 ダイエットボクシング 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 コンビネーションミット 福岡 未来 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	12:00 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	12:10 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 伊藤 勝紀 難易度★ 強度♥	12
13	13:00 初心者ボクシング 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 佐藤 京平 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 新井 一世 難易度★ 強度♥	13:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	13:00 初心者キックボクシング 伊藤 勝紀 難易度★ 強度♥	13
14	14:00 フリートレーニング インストラクター不在	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 佐藤 京平 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 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 伊藤 勝紀 難易度★ 強度♥	14
15	15:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥	15:00 ボクシング無料体験限定 福岡 未来 難易度★ 強度♥	15:00 キックボクシング無料体験限定 佐藤 京平 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 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 伊藤 勝紀 難易度★ 強度♥♥	15
16	16:00 ダイエットキックボクシング 芳元 壱心 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 ダイエットキックボクシング 佐藤 京平 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 初級フィジカル 斉藤 良 難易度★ 強度♥♥	16:00 ダイエットキックボクシング 難易度★ 強度♥♥	16:00 初心者キックボクシング 伊藤 勝紀 難易度★ 強度♥	16
17	17:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥	17:00 初心者ボクシング 福岡 未来 難易度★ 強度♥	17:00 初心者総合格闘技 佐藤 京平 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 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 伊藤 勝紀 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 初心者ボクシング 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	※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。	18
19	19:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥	19:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥	19:00 ダイエットキックボクシング 佐藤 京平 難易度★ 強度♥♥	19:00 初心者ボクシング 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♥	19		
20	20:00 ダイエットキックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥♥	20:00 ダイエットキックボクシング 芳元 壱心 難易度★ 強度♥♥	20:00 初心者キックボクシング 佐藤 京平 難易度★ 強度♥	20:00 初心者キックボクシング 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♥♥	20		
21	21:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心	21:00 初心者キックボクシング 芳元 壱心	21:00 初心者総合格闘技 佐藤 京平	21:00 ダイエットキックボクシング 時岡 孝成	21:00 中級フィジカル 斉藤 良	21		
22	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30 自主練習	21:30class ends 22:00 close	22	
23							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！



**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！



**伊藤 勝紀**

非公開  
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  
丁寧な指導を心がけております！



**佐藤 京平**

非公開  
指導クラス:キックボクシング  
格闘技歴:柔道、キックボクシング  
一緒に頑張りましょう！