



# ★ファイトフィット渋谷宇田川町 12月時間割★

【営業時間】平日 7:00~22:00 土曜 13:00~18:00 日曜 13:00~18:00(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 ■その他 ■無料体験限定

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7	ボクシング (モーニング) 福井 勝也 難易度★強度▼	キックボクシング (モーニング) 藤田 岳生 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) 福井 勝也 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	ボクシング (モーニング) 菅 龍太郎 難易度★強度▼			7
8	ボクシング (ダイエット) 福井 勝也 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤田 岳生 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 福井 勝也 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 菅 龍太郎 難易度★強度▼			8
9	ボクシング(初心者) 【無料体験】 福井 勝也 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 藤田 岳生 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 福井 勝也 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼			9
10	ボクシング (ダイエット) 福井 勝也 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 藤田 岳生 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 福井 勝也 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	無料体験実施中！！ 体験予約はWEBから！！		10
11	ボクシング 【無料体験限定】 福井 勝也 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 藤田 岳生 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 福井 勝也 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (自主練習&ミットR) 菅 龍太郎 難易度★強度▼			
12	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	13:00open 13:10start		12
13	ボクシング (コンビネーションミット) 福井 勝也 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 金谷 勇利 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (初心者) 金谷 勇利 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 村山 玄拓 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 山田 耕平 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	13
14	ボクシング(初心者) 【無料体験】 福井 勝也 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 金谷 勇利 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高崎 芳明 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 金谷 勇利 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 村山 玄拓 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 山田 耕平 難易度★強度▼	ボクシング (コンビネーションミット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	14
15	ボクシング (ダイエット) 福井 勝也 難易度★強度▼	ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 金谷 勇利 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 高崎 芳明 難易度★強度▼	ボクシング (中級テクニック) 金谷 勇利 難易度★強度▼	ボクシング (初心者) 村山 玄拓 難易度★強度▼	キックボクシング (コンビネーションミット) 山田 耕平 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	15
16	フリートレーニング (インストラクター不在)	ボクシング (初心者) 金谷 勇利 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高崎 芳明 難易度★強度▼	ボクシング(初心者) 【無料体験】 金谷 勇利 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 山田 耕平 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 菅 龍太郎 難易度★強度▼	16
17	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング (初心者) 金谷 勇利 難易度★強度▼	キックボクシング 【無料体験限定】 高崎 芳明 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 金谷 勇利 難易度★強度▼	ボクシング 【無料体験限定】 (自主練習&ミットR) 村山 玄拓 難易度★強度▼	キックボクシング (自主練習&ミットR) 山田 耕平 難易度★強度▼	ボクシング (自主練習&ミットR) 菅 龍太郎 難易度★強度▼	17
18	フリートレーニング (インストラクター不在)	キックボクシング 【無料体験限定】 柴田 修社 難易度★強度▼	フリートレーニング (インストラクター不在)	フリートレーニング (インストラクター不在)	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	ボクシング (初心者) 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 【無料体験】 高崎 芳明 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) koki 難易度★強度▼	キックボクシング (初心者) 村山 玄拓 難易度★強度▼	※ファイトフィットはマスパワーは禁止です。 対人練習を行う場合は、必ずインストラクター の管理のもと行ってください。		19
20	ボクシング (ダイエット) 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) 高崎 芳明 難易度★強度▼	キックボクシング (ダイエット) koki 難易度★強度▼	ボクシング (ダイエット) 村山 玄拓 難易度★強度▼	※年末年始の営業時間のお知らせ 12/31(日) 12:00~15:00		20
21	ボクシング(初心者) 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 柴田 修社 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 高崎 芳明 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) koki 難易度★強度▼	キックボクシング(初心者) 村山 玄拓 難易度★強度▼	1/1(月) 休館 1/2(火) 12:00~15:00 1/3(水) 7:00~18:00 1/4(木) 通常営業		21
	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			22
22	21:45class ends 22:00 close							22
23								23



**菅 龍太郎**  
 1990年5月7日(33歳)  
 指導クラス:ボクシング  
 戦歴:81戦62勝19敗  
 カッコイイよく練習しましょう!



**柴田 修杜**  
 2000年8月2日(23)  
 指導クラス:キックボクシング、総合格闘技  
 競技歴:ボクシング1年、総合格闘技1年  
 優しく楽しく指導致します!

COMING SOON

**koki**  
 生年月日:非公開  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:キックボクシング  
 ご来店お待ちしております。



**金谷 勇利**  
 1996年9月7日(27)  
 指導クラス:ボクシング  
 競技歴:ボクシング16年  
 頑張ります!!!



**高崎 芳明**  
 1992年9月22日(31)  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:空手  
 気になることは何でも聞いてください



**福井 勝也**  
 1996年9月7日(27)  
 指導クラス:ボクシング  
 競技歴:ボクシング20年  
 楽しいレッスンを心がけます!



**藤田 岳生**  
 1987/9/14(36)  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:空手8年  
 一緒に丁寧な動作で蹴りましょう!



**村山 玄拓**  
 1990年12月4日(32)  
 指導クラス:キック、ボクシング  
 競技歴:ボクシング、総合  
 ご来店お待ちしております。



**山田 耕平**  
 1984年7月28日(39)  
 指導クラス:キックボクシング  
 競技歴:キックボクシング  
 ご来店お待ちしております。