

★ファイトフィット新宿 12月時間割★

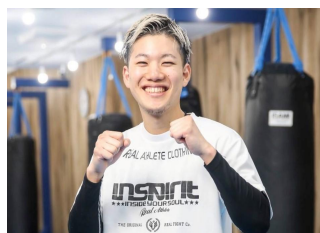
【営業時間】平日7:00~23:00 土曜 9:00~18:00 日曜 9:00~18:00(祝日は18時まで)

【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 | ボクシング (モーニング) 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (初心者) 舟田 航 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (モーニング) 吉越 博司 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (モーニング) 永井 展 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (モーニング) 栗原瑠穂 難易度★ 強度♥♥ | ※9月から祝日は18時までの営業になります。 12/31、1/2は9時~12時までとなります。1/1は休館 1/3は7時~18時まで営業となります | |
| 8 | ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 舟田 航 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (初心者) 【無料体験】 吉越 博司 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (初心者) 【無料体験】 永井 展 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (初心者) 栗原瑠穂 難易度★ 強度♥ | 9:00open 9:10start | |
| 9 | ボクシング(ミドルシニア) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (初心者) 舟田 航 難易度★ 強度♥ | 初級フィジカル 吉越 博司 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (ダイエット) 栗原瑠穂 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング 【無料体験限定】 (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 【無料体験限定】 (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ |
| 10 | ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング 【無料体験限定】 (初心者) 舟田 航 難易度★ 強度♥ | 総合格闘技 (初心者) 吉越 博司 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 【無料体験限定】 (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (初心者) 栗原瑠穂 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (初心者) 永井 展 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ |
| 11 | ボクシング 【無料体験限定】 (初心者) 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (初心者) 舟田 航 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (ダイエット) 吉越 博司 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング(初心者) 【無料体験】 栗原瑠穂 難易度★ 強度♥ | 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) 【無料体験】 田村 健悟 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) | キックボクシング (コンビネーションミット) 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ |
| 13 | ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 舟田 航 難易度★ 強度♥♥ | 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) 【無料体験】 永井 展 難易度★ 強度♥♥ | 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(ミドルシニア) 【無料体験】 市川 裕隆 難易度★ 強度♥ | フリートレーニング (インストラクター不在) |
| 14 | ボクシング (初心者) 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (コンビネーションミット) 舟田 航 難易度★ 強度♥ | ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 【無料体験】 (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (初心者) 市川 裕隆 難易度★ 強度♥ | キックボクシング(初心者) 【無料体験】 田村 健悟 難易度★ 強度♥ |
| 15 | キックボクシング (コンビネーションミット) 矢代 明博 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(ダイエット) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (コンビネーションミット) 永井 展 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (コンビネーションミット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (ダイエット) 市川 裕隆 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ |
| 16 | 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) | ボクシング 【無料体験限定】 (初心者) 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | 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】 (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 【無料体験限定】 (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 【無料体験限定】 (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ |
| 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) 【無料体験】 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ | ボクシング (コンビネーションミット) 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥ | 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 (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (自主練習&ミットF) 田村 健悟 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | キックボクシング (自主練習&ミットF) 田村 健悟 難易度★ 強度♥~♥♥♥ |
| 18 | キックボクシング 【無料体験限定】 (初心者) 永井 展 難易度★ 強度♥ | キックボクシング 【無料体験限定】 (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | 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) 【無料体験】 舟田 航 難易度★ 強度♥ | フリートレーニング (インストラクター不在) | 17:45class ends 18:00close | |
| 19 | キックボクシング (初心者) 永井 展 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (初心者) 田村 健悟 難易度★ 強度♥ | ボクシング(ダイエット) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (初心者) 舟田 航 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (初心者) 橋爪 翼 難易度★ 強度♥ | *ファイトフィットはマスマスパー、 スパーリング等禁止となっております。 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。 *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。 *女性インストラクターの場合、 男性会員のミット受けは出来かねますので ご了承ください。 | |
| 20 | キックボクシング (コンビネーションミット) 【無料体験】 永井 展 難易度★ 強度♥♥ | キックボクシング (中級者) 田村 健悟 難易度★★ 強度♥♥♥ | ボクシング (初心者) 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | キックボクシング(初心者) 【無料体験】 舟田 航 難易度★ 強度♥ | キックボクシング(ダイエット) 【無料体験】 橋爪 翼 難易度★ 強度♥♥♥ | | |
| 21 | キックボクシング (ダイエット) 永井 展 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (ダイエット) 田村 健悟 難易度★ 強度♥♥♥ | ボクシング(初心者) 【無料体験】 矢代 明博 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (ダイエット) 舟田 航 難易度★ 強度♥ | キックボクシング (中級者) 橋爪 翼 難易度★★ 強度♥♥♥ | | |
| 22 | キックボクシング (自主練習&ミットF) 永井 展 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | キックボクシング (自主練習&ミットF) 田村 健悟 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | ボクシング (自主練習&ミットF) 矢代 明博 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | キックボクシング (自主練習&ミットF) 舟田 航 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | キックボクシング (自主練習&ミットF) 橋爪 翼 難易度★ 強度♥~♥♥♥ | | |
| 23 | 22:45class ends 23:00 close | | | | | | |



田村 健悟
 1994年2月20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2年
 きつくてしっかり追い込みたい方



吉越 博司
 1998年11月10日(25)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:ボクシング9年 総合格闘技1年
 怪我に気を付けてレッスンします！



市川 裕隆
 1967年1月11日(56)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:6年
 楽しく格闘技しましょう！



冨田 航
 1983年8月9日(40)
 指導クラス:キックボクシング
 格闘技歴:ムエタイ3年
 キックボクシングで健康な身体作りを



矢代 明博
 1994年6月23日(29)
 指導クラス:ボクシング
 格闘技歴:ボクシング15年プロ2勝5敗2分
 ボクシングを皆様で楽しみましょう



永井 辰
 2001年3月3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7年
 格闘技で日本を健康に！

COMING SOON

COMING SOON

栗原璃穂
 2005年1月20日(18)
 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1年
 格闘技で日本を健康に！

橋爪 翼
 指導クラス:キックボクシング